

مِنْ خَلْقِهِ

# مشاوره خانوادہ

پڑھشکده تحقیقات اسلامی

کارفرما:

معاونت تربیت و آموزش عقیدتی سیاسی

زنگنه  
انتشارات

## فہرست

سخنی با مریبان..... ۹

### بخش اول: مشاورۂ خانوادہ ۱

مفاهیم، کلیات و نگاہی بہ ضرورت بحث..... ۱۳

مفہوم شناسی..... ۱۳

اہمیت مشاورہ..... ۱۴

درس اوّل: ہمسرداری (۱)..... ۲۱

وظایف متقابل ہمسران..... ۲۱

۱. درک و شناخت متقابل زن و شوہر از یکدیگر..... ۲۱

۲. عفو و گذشت..... ۲۳

۳. احترام متقابل..... ۲۳

۴. محبت..... ۲۵

۵. رفق و مدارا..... ۲۶

۶. عیب پوشی..... ۲۶

۷. آراستگی..... ۲۷

درس دوم: ہمسرداری (۲)..... ۲۹

وظایف شوہر..... ۲۹

۱. سرپرستی و مدیریت..... ۲۹

زنہیت  
انتشار دہ

### مشاورۂ خانوادہ

نویسندگان: محمد شبیدینی، محمود پاکیزہ،

صمد عالی نژاد • ناظر نہایی: سید علیرضا ادیانی •

صفحہ آرا: حمزہ زاہدی • ناشر: زمزم ہدایت •

چاپ: الہادی • نوبت چاپ: اول • تاریخ چاپ:

بہار ۱۳۹۱ • شمارگان: ۳۰۰۰ • قیمت: ۳۵۰۰ تومان

قم، خ شہید فاطمی (دور شہر)، نبش فاطمی ۳، پلاک ۸۱

تلفکس: ۰۲۵۱ - ۷۷۳۰۷۳۵ - ۲۵۱۰ - ۲۵۳۲۸۸۷ - ۰۹۱۲

صندوق پستی: ۶۴۱ - ۳۷۱۸۵ E.mail: tooba@ofogh.net

۹۵	درس سوم: آسیب‌شناسی تربیت دینی فرزندان
۹۵	الف - آسیب‌های محیطی
۱۰۱	ب - آسیب‌های رفتاری

### بخش سوم: مشاوره خانواده ۳

۱۱۱	درس اول: آشنایی با فنون مشاوره و ارتباط با نوجوانان و جوانان
۱۱۲	۱. مشاهده
۱۱۲	۲. مصاحبه
۱۱۳	۳. آزمون‌های روانی
۱۱۴	۴. شرح حال نویسی
۱۱۵	۵. مقابله با مقاومت

۱۱۹	درس دوم: مشاوره تحصیلی، شغلی و ازدواج
۱۱۹	مشاوره تحصیلی
۱۲۰	مشاوره شغلی
۱۲۲	مشاوره در تشکیل خانواده
۱۲۷	برگزاری مراسم ازدواج

۱۲۹	درس سوم: مهارت‌های زندگی
۱۳۱	۱. خودآگاهی
۱۳۳	۲. مهارت‌های ارتباطی
۱۳۹	۳. همدلی
۱۴۰	علاقه داشتن به دیگران
۱۴۲	احترام قائل شدن برای دیگران
۱۴۳	خود را در جایگاه فرد قرار دادن
۱۴۳	ارزیابی طرف مقابل
۱۴۳	افزایش تحمل و ظرفیت روانی
۱۴۴	داشتن دلی بی‌کینه
۱۴۵	دوست‌داشتنی شدن

۳۲	۲. تأمین هزینه زندگی
۳۳	۳. توسعه بر خانواده
۳۴	۴. توجه به نیاز جنسی
۳۵	۵. غیرت
۳۷	وظایف زن
۳۷	۱. شوهرداری
۴۲	۲. خانه‌داری

۴۵	درس سوم: آسیب‌شناسی خانواده
۴۵	۱. آسیب‌های فکری
۴۷	۲. آسیب‌های اخلاقی
۵۱	۳. آسیب‌های فرهنگی
۵۲	۴. آسیب‌های اقتصادی

### بخش دوم: مشاوره خانواده ۲

۶۱	درس اول: الگوی خانواده موفق
۶۲	۱. رعایت احکام
۶۴	۲. محیط آرام و با نشاط
۶۵	۳. تفاهم و سازگاری
۶۵	۴. مودت و رحمت
۶۶	۵. توجه به رشد و تعالی اعضای خانواده
۶۷	۶. مسئولیت‌پذیری

۶۹	درس دوم: روش‌های تربیت دینی فرزند
۷۰	الف - پیش از تولد [زمینه‌سازی برای داشتن فرزند]
۷۲	ب - از نوزادی تا هفت سالگی [زمینه‌سازی برای پرورش فطری - مذهبی]
۸۰	ج - هفت سال دوم زندگی کودک [آشنایی با مفاهیم دینی و نظارت دقیق بر رفتار فرزند]
۸۶	د - هفت سال سوم زندگی فرزند [هویت‌بخشی، تعمیق باورهای مذهبی و شبهه‌زدایی]

۴. مهارت‌های بین فردی..... ۱۴۶
- همکاری و مشارکت..... ۱۴۷
- تشخیص مرزهای بین فردی مناسب..... ۱۴۸
- اعتماد به گروه..... ۱۴۸
۵. مهارت‌های حل مسئله..... ۱۴۹
- تشخیص مشکلات علل و ارزیابی دقیق..... ۱۴۹
- درخواست کمک..... ۱۵۰
- مصالحه (برای حل تعارض)..... ۱۵۰
- آشنایی با مراکزی برای حل مشکلات..... ۱۵۱
۶. مهارت‌های تفکر خلاق..... ۱۵۱
- ابراز خود..... ۱۵۲
۷. مهارت‌های مقابله با هیجان‌ها..... ۱۵۲
- خشم..... ۱۵۲
- بی‌حوصلگی..... ۱۵۴
- ترس..... ۱۵۴
- مهارت‌های تصمیم‌گیری..... ۱۵۵
- آمادگی برای تغییر دادن تصمیم‌ها برای انطباق با موقعیت‌های جدید..... ۱۵۵
۹. مهارت‌های تفکر انتقادی..... ۱۵۶
- واقف شدن به این مسئله که دیگران همیشه درست نمی‌گویند..... ۱۵۶
۱۰. مهارت‌های مقابله با استرس..... ۱۵۷
- مقابله با مشکلات..... ۱۵۷
- تنظیم وقت..... ۱۵۸

### سخنی با مریبان

نهاد خانواده، اصلی‌ترین رکن جامعه بشر و بستر فرهنگ‌های گوناگون و زمینه‌ساز خوشبختی یا بدبختی انسان‌ها و امت‌ها است.

ازاین‌رو اسلام که برنامه سعادت و تکامل بشر است، عنایت ویژه‌ای به سلامت و رشد و پویایی این نهاد سرنوشت‌ساز دارد و برای تشکیل خانواده و عوامل تحکیم و تعالی خانواده و نیز آسیب‌ها و عوامل فروپاشی آن رهنمودهای بسیار مهم و سازنده‌ای ارائه می‌کند.

خانواده کوچک‌ترین واحد اجتماعی و در عین حال بزرگ‌ترین و تأثیرگذارترین واحد تربیتی در جوامع به شمار می‌آید به طوری که این نهاد می‌تواند منشأ تحولات عظیم فردی و اجتماعی، و رشد ارزش‌های انسانی در میان اعضای آن باشد. به همین جهت سرمایه‌گذاری و توجه هرچه بیشتر به خانواده در دستور کار مریبان بشر و در رأس آنان پیامبران و پیشوایان ادیان قرار گرفته است و امروز هم بشریت به جایی رسیده که خود را ملزم به این رویکرد می‌داند تا جایی که دولتها توجه خاصی به رشد و توسعه کیفی خانواده مبذول داشته، سعی دارند با در اختیار قرار دادن امتیازات و تسهیلات رفاهی و آموزشی و مشاوره‌ای و به طور کلی ارتقای سطح بهداشت روانی و سلامت خانواده، به کیفیت زندگی خانواده‌ها بیفزایند؛ زیرا این موضوع تأثیر مستقیمی بر تربیت نسل آینده جامعه خواهد داشت.

بر اساس اهمیت و جایگاه خانواده در دین و نیز در فطرت انسانی، نباید از ساماندهی خانواده و نیز بازسازی آن، به‌ویژه در سازمان سپاه غافل شد. ترمیم ساختمان خانواده نیروهای سازمانی - که زمینه‌ساز تربیت چنین نیروهایی متدین شده‌اند - در راهکار مشاوره جای می‌گیرد.

بر این اساس معاونت تربیت و آموزش عقیدتی سیاسی تصمیم گرفت در دوره‌های تربیت و تعالی ۱۳۹۱ - که برای کلیه سطوح کارکنان برگزار می‌نماید - مبحث مشاوره و راهنمایی خانواده را مورد توجه قرار دهد و عناوین درس‌ها را برای اساتید و مربیان عزیز آماده نماید؛ با این توضیح که عناوین و رئوس مشاوره در خانواده در سه سطح تعریف می‌گردد و استاد محترم با این عناوین درس خود را آغاز می‌کند.

طبیعی است که مشاوره‌های فردی و خصوصی زمینه آن مباحثی است که استاد در کلاس مطرح می‌نماید و عناوین ارائه شده فقط راهنمای مباحث می‌باشند تا استاد برای هر سطحی مطالب آن را بیان کند.

سطوح مورد نظر همراه با مطالبی که در هر سطح عرضه می‌گردد، عبارت است از: دهه اول خدمت؛ مباحث همسر‌داری، وظایف زن و شوهر و آسیب‌شناسی خانواده، در این سطح بیان شد؛ بدین سبب که کارکنان این سطح، جوان بوده، در ابتدای تشکیل زندگی و خانواده قرار می‌گیرند.

دهه دوم خدمت؛ سطحی که افراد میانسال را در خود جای می‌دهد. مباحث الگوی خانواده موفق و تربیت دینی فرزندان در زمره این بخش است.

دهه سوم خدمت؛ مسائل مشاوره و مشکلات شغلی و تحصیلی فرزندان و مسئله ازدواج آنان و آموختن مهارت‌های زندگی به فرزندان در این سطح ارائه شده است.

در پایان لازم به یادآوری است که عناوین درسها به‌عنوان راهنما و آغازی برای تدریس در هر زمینه بحث است و استاد محترم با عنایت به منابعی که در ذیل هر درس ارائه می‌گردد، می‌تواند کلیه مباحث هر درس را از آن استخراج نماید و به فراگیران عرضه کند.

## بخش اول

## مشاوره خانواده ۱

## مفاهیم، کلیات و نگاهی به ضرورت بحث

### مفهوم‌شناسی

مشاوره، به مجموعه فعالیت‌هایی اطلاق می‌شود که در جریان آن، فردی را در غلبه بر مشکلاتش یاری می‌دهند.

در طی فرایند مشاوره، فردی که نیاز دارد (مراجع) و فردی که حمایت، راهنمایی و ترغیب فراهم می‌کند (مشاور) با یکدیگر ملاقات، بحث و گفت‌وگو می‌کنند به گونه‌ای که مراجع نسبت به توانایی خود برای درک واقع‌بینانه و جامع‌تر مسائل، یافتن راه‌حل‌ها، و تصمیم‌گیری برای حل مشکل پس از کسب اعتماد، تمام حقیقت‌ظاهری را عرضه می‌کند تا مشاور با نفوذ در ضمیر ناخودآگاه و کشف واقع‌روش درمانی خاصی را نسخه کند.

مشاوره فرایندی تعاملی و پویاست که با گفت‌وگو درباره نگرانی‌ها، مسائل، روابط، باورها، احساسات و رفتارها آغاز می‌شود؛ از این طریق، چارچوب و ابعاد مسئله‌ای که مراجع درک کرده، مشخص می‌شود، یا به شیوه‌ای کارساز، بازشناسی و تعریف می‌گردد و در طی آن، راه‌حل‌های جدید، تکوین یافته، مراجع برای انتخاب راه حل مناسب، و تصمیم‌گیری و اجرای آن، یاری و حمایت می‌شود.<sup>۱</sup>

---

۱. صافی، احمد، اصول و فنون مشاوره و راهنمایی، تهران، دفتر تحقیقات و برنامه‌ریزی درسی وزارت آموزش و پرورش، ۱۳۶۸، ص ۹۹-۱۱۴.

## اهمیت مشاوره

مشاوره، نقش بسیار مهمی در زندگی مادی و معنوی انسان دارد؛ به ویژه در بهبود تحصیل دانش آموزان، چگونگی ارتباط خود با دیگران، کاهش رفتارهای ناسازگار و در نتیجه انتخاب صحیح شیوه زندگی، اثربخش است.

اهمیت و نقش مشاوره آن چنان است که در قرآن کریم و کلمات معصومین (علیهم السلام) بسیار مورد سفارش قرار گرفته است.

در این قسمت، برخی از آن آیات و احادیث را ارائه می‌کنیم:

- در قرآن، سوره‌ای به نام شورا است که در آیات ۳۶ تا ۳۸ آن، مشاوره به عنوان یکی از صفات ویژه مؤمنان، در ردیف توکل، اجتناب از گناه (تقوا)، اجابت پروردگار، اقامه نماز، انفاق و... قرار گرفته است:

وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَتَى لِلَّذِينَ آمَنُوا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كِبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ شُورَىٰ بَيْنَهُمْ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ.

و آنچه نزد خداوند است برای کسانی که ایمان آورده، بر پروردگارشان توکل می‌کنند، بهتر و پایدارتر است؛ همان کسانی که از گناهان بزرگ و اعمال زشت، اجتناب می‌ورزند و هنگامی که خشمگین شوند، عفو می‌کنند. و کسانی که دعوت پروردگارشان را اجابت کرده و نماز را برپا می‌دارند و کارهایشان به صورت مشورت در میان آنان است و از آنچه به آنان روزی داده‌ایم، انفاق کنند.

- در سوره آل عمران، آیه ۱۵۹ خطاب به پیامبر (صلی الله علیه و آله) در کنار امر به عفو مردم و استغفار برای آنان، به مشورت در امور با آنان چنین دستور داده است:

فَمَا رَحِمَهُ مِنَ اللَّهِ لَئِنَّهُمْ وَ لَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَا نَقُصُّوا مِنْ حَوْلِكَ فَاعْفُ عَنْهُمْ وَاسْتَغْفِرْ لَهُمْ وَ شَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ.

به [برکت] رحمت الهی در برابر آنان (مردم) خرم و [مهربان] شدی و اگر خشن و سنگدل بودی، از اطراف تو پراکنده می‌شدند. پس آنان را ببخش و برایشان آموزش طلب کن و در کارها با آنان مشورت کن، اما هنگامی که تصمیم گرفتی [قاطع باش و] بر خدا توکل کن.

- در برخی روایات مشاوره در وهله نخست، نیاز طبیعی فرد دانسته شده است؛ چنان‌که رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در این باره فرموده است:

مَا يَسْتَعْنِي رَجُلٌ عَنْ مَشُورَةٍ<sup>۱</sup>

هیچ فردی از مشاوره بی‌نیاز نیست.

- مشاوره امری است بدون ضرر که هیچ‌گاه باعث بدبختی انسان نمی‌شود بلکه پشتیبان و کمک خوبی برای رشد و یافتن راه رستگاری است؛ چنان‌که پیامبر (صلی الله علیه و آله) می‌فرماید:

مَا شَقَّ عَبْدٌ قَطُّ مَشُورَةٍ<sup>۲</sup>

هرگز کسی از مشورت، بدبخت نشد.

و نیز در توصیه‌هایش به امیر مؤمنان علی (علیه السلام) فرمود:

لَا مَظَاهَرَةَ أَوْثَقُ مِنَ الْمَشَاوَرَةِ<sup>۳</sup>

هیچ پشتیبانی با اعتمادتر از مشاوره نیست.<sup>۴</sup>

و نیز مولای متقیان حضرت علی (علیه السلام) فرمود:

الْمُسْتَشِيرُ عَلَى طَرَفِ النَّجَاحِ<sup>۵</sup>

مشورت‌کننده در طریق رستگاری است.

۱. نهج الفصاحه، حکمت ۱۶۳۷.

۲. همان، حکمت ۲۵۷۰.

۳. وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۴۲۴، ح ۲.

۴. نظیر چنین سخنی از حضرت علی (علیه السلام) نیز نقل شده است: «لَا ظَهِيرَ كَالْمُشَاوَرَةِ؛ هیچ پشتیبانی همانند مشاوره نیست» (همان مدرک، ح ۵).

۵. غررالحکم، ترجمه محمدعلی انصاری، ج ۱، ص ۴۲، ش ۱۲۶۲.



و امام باقر علیه السلام نیز فرمود:

مَنْ لَا يَسْتَشِيرُ يَنْدَم.<sup>۱</sup>

کسی که در کارها مشورت نمی‌کند، پشیمان می‌شود.

- مشاوره موجب می‌شود که توفیق الهی یار انسان گردد تا در کارها موفق‌تر

و عاقلانه‌تر عمل کند. پیامبر صلی الله علیه و آله در اشاره بدین مطلب فرموده است:

- فَمَنْ اسْتَشَارَ مِنْهُمْ لَمْ يَغْدَمْ رُشْدًا وَمَنْ تَرَكَهَا لَمْ يَغْدَمْ غِيًّا.<sup>۲</sup>

از امت من هر کس مشاوره نماید، راه رشد و درستی را از دست

نخواهد داد و هر کس بدون مشورت کاری انجام دهد، گمراهی دامن‌گیر

او خواهد شد.

- مَنْ أَرَادَ أَمْرًا فَشَاوَرَ فِيهِ إِمْرَأً مُسْلِمًا وَفَقَّهَ اللَّهُ لَا رُشْدَ أُمُورِهِ.<sup>۳</sup>

کسی که می‌خواهد کاری انجام دهد و در مورد آن با فرد متدینی مشورت

کند، خداوند او را به آنچه بهترین است موفق می‌دارد.

- مَا مِنْ رَجُلٍ يُشَاوِرُ أَحَدًا إِلَّا هَدَىٰ إِلَى الرُّشْدِ.<sup>۴</sup>

هیچ کس با دیگری به مشاوره نمی‌پردازد مگر آنکه به رشد و راه صحیح،

هدایت می‌شود.

- پیامبر اکرم و ائمه اطهار علیهم السلام علاوه بر اینکه خود، مشاور مردم بودند

و پیوسته به راهنمایی مردم می‌پرداختند، با دیگران نیز مشورت می‌کردند؛ مانند

آنکه در بدر، پیامبر صلی الله علیه و آله این مسأله را که مسلمانان بجنگند یا نه، به شور گذاشت

و بعد از آنکه رأی اکثریت بر جنگیدن شد، تصمیم بر جنگ گرفت،<sup>۵</sup> همچنین در

مورد محل استقرار لشکر، نظر حباب بن منذر پذیرفته شد که می‌گفت: گرچه این

البته باید توجه داشت که بی‌ضرر بودن مشاوره، مشروط به آن است که

مشاوره، با تمام حدود و شرایط انجام شود وگرنه مشاوره، ضررش بیش از سود

آن خواهد بود؛ چنان‌که امام صادق علیه السلام در این زمینه می‌فرماید:

إِنَّ الْمَشُورَةَ مُحْدُوْدَةٌ فَمَنْ لَمْ يَعْرِفْهَا جَحْدُوْدَهَا كَانَ ضَرْرُهَا أَكْثَرَ مِنْ نَفْعِهَا.<sup>۱</sup>

به درستی که مشاوره، دارای حدود و شرایطی است، کسی که آن شرایط

و حدود را نشناسد و آنها را رعایت نکند، مشاوره برایش بیش از آنچه برای

او سودمند باشد، مضر خواهد بود.

- مشاوره، هدایتی است که از خطا و اشتباه و در نتیجه از پشیمانی و توبیخ

و سرزنش دیگران جلوگیری می‌کند؛ حضرت علی علیه السلام در این زمینه می‌فرماید:

- الْإِسْتِشَارَةُ عَيْنُ الْهُدَايَةِ.<sup>۲</sup>

مشورت خواهی، هدایت است.

- مَا اسْتَشِيطَ الصَّوَابُ بِمِثْلِ الْمَشَاوَرَةِ.<sup>۳</sup>

هیچ چیزی همانند مشورت کردن، راه درست را به دست نمی‌دهد.

- الْمُسْتَشِيرُ مُتَحَصِّنٌ مِنَ السَّقَطِ.<sup>۴</sup>

مشورت‌کننده از اشتباه و لغزش، مصون است.

- مشاوره در هر کاری لازم شمرده شده و از مشاوره نکردن نهی گردیده است

و این حقیقت تذکر داده شده، کسی که به مشاوره نمی‌پردازد، پشیمان می‌شود.

امام سجاد علیه السلام در این باره فرموده است:

لَا يَفْعَلَنَّ أَحَدُكُمْ أَمْرًا حَتَّى يَسْتَشِيرَ.<sup>۵</sup>

هیچ یک از شما نباید هیچ کار مشکلی را بدون مشورت انجام دهد.

۱. بحارالانوار، ج ۸۸، ص ۲۵۳.

۲. وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۴۲۵، ح ۷.

۳. غرالحکم، ترجمه انصاری، ج ۲، ص ۷۴۰، ش ۷۴.

۴. غرالحکم، ترجمه خوانساری، ج ۱، ص ۳۱۶.

۵. مکارم الاخلاق، ترجمه، ص ۱۲۴.

۱. وسائل، ج ۸، ص ۴۲۴ و ۴۲۵.

۲. نهج الفصاحه، حکمت ۲۹۶۲.

۳. نورالثقلین، ج ۴، ص ۵۸۴، ح ۱۱۸.

۴. تاریخ طبری، ج ۳، ص ۹۵۶.

۵. همان، ص ۹۶۰.

مرحوم مفید<sup>۱</sup> در توضیح آیه «وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ فَإِذَا عَزَمْتَ فَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ» (آل عمران: ۱۵۹)، به علت امر به مشورت پیامبر<sup>ص</sup> با مردم می‌پردازد و می‌فرماید: این امر، جنبه تربیتی دارد و منظور این است که مردم یاد بگیرند:

أَوَّلًا: بالفت و دوستی، با هم به مشورت بپردازند؛

ثانیاً: هنگام تصمیمات اخذ شده، مؤدب به ادب الهی بشوند و تسلیم باشند و برخلاف تصمیم گرفته شده هیچ کس اقدامی ننماید.

با توجه به موارد فراوان مشاوره معصومین<sup>ع</sup> می‌توان گفت که مشاوره آنان با دیگران به منظور احترام و شخصیت دادن به مردم و رشد فکری آنان بوده تا به مشاوره عادت کنند و بدانند که مشورت با دیگران عیب نیست و به شخصیت کسی لطمه وارد نمی‌آورد. از جمله نتایج دیگر مشورت که در اهداف بلند معصومین لحاظ شده است می‌توان از شرکت دادن مردم در کارها، جلوگیری از انتقاد نسبت به فرد خاص در هنگام شکست در کار، و استفاده از تأیید مردم برای اجرای درست و کامل کاری که بر آن تصمیم‌گیری شده است، نام برد. همچنین گاه مشورت برای شناساندن افراد صلاحیت‌دار برای مشاوره و برحذر داشتن مردم از اینکه به هرکسی مراجعه نکنند، انجام می‌گرفت؛ مانند دستور امام حسن<sup>ع</sup> به عبیدالله بن عباس مبنی بر اینکه با قیس بن سعد و سعید بن قیس، در کارها مشورت کند.<sup>۱</sup>

محل به دشمن نزدیک است ولی در کنار آب است،<sup>۱</sup> و در جنگ خندق، به منظور محافظت از شهر، نظر سلمان مبنی بر حفر گودال در اطراف مدینه را پذیرفت و دستور فرمود تا اطراف مدینه را حفر کنند.<sup>۲</sup>

امیر مؤمنان علی<sup>ع</sup> نیز چنین بود. مشاوره او با دوازده نفر<sup>۳</sup> مانند سلمان و ابوذر در مورد سکوت ۲۵ ساله یا قیام و جنگ، و مشورت با اصحاب بدر و یاران خود در انتخاب استانداران و فرمانداران و نظایر اینها، همه شاهد بر این حقیقت است.<sup>۴</sup> در حدیثی نقل شده است که امام رضا<sup>ع</sup> در مورد کاری، با یکی از اصحابش مشورت کرد و او از اینکه طرف مشاوره امام<sup>ع</sup> قرار گرفته، شگفت زده شد. حضرت برای اینکه بیان نماید این روش همیشگی ماست و جای شگفتی نیست، فرمود: «... ان رسول الله ﷺ كَانَ يَسْتَشِيرُ أَصْحَابَهُ ثُمَّ يَعَزُّ عَلَى مَا يُرِيدُ»<sup>۵</sup> رسول خدا<sup>ص</sup> پیوسته از اصحابش، در کارها، مشورت خواهی می‌کرد، سپس بر انجام خواسته‌اش تصمیم می‌گرفت.

و نیز آن حضرت از پدر بزرگوارش حضرت موسی بن جعفر<sup>ع</sup> یاد می‌کند و می‌فرماید: با اینکه عقل‌های دیگران قابل مقایسه با عقل پدرم نبود، بسیار رخ می‌داد که با خدمتکار خانه به مشورت می‌پرداخت و در پاسخ این سؤال که آیا با چنین فردی مشورت می‌کنید، می‌فرمود: «ان الله تبارک و تعالی ربما فتح علی لسانه»<sup>۶</sup> چه بسا خدا بر زبان او دری را بگشاید.

شایان توجه است که پیامبر و ائمه طاهرین<sup>ع</sup> خود نیاز به مشورت با دیگران نداشته‌اند و مشورت آنان با دیگران به منظور اهداف مشخصی بوده است.

۱. همان، ص ۱۰۷۶؛ بحارالانوار، ج ۴۱، ص ۸۸، ح ۱۲.

۲. بحارالانوار، ج ۲۸، ص ۲۱۰، ح ۷.

۳. همان، ج ۳۸، ص ۱۸۰، ح ۱.

۴. وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۴۲۸، ح ۱؛ بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۱۰۱، ح ۲۳.

۵. وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۴۲۸، ح ۳؛ بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۱۰۱، ح ۲۵ و ج ۸۸، ص ۲۵۴، ح ۵.

۶. بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۱۲۰.

۱. بحارالانوار، ج ۴۷، ص ۱۲۸، ح ۱۷۵.

درس اوّل:

## همسر داری (۱)

استاد محترم هدف از این درس آشنایی فراگیران با مسائل زندگی اسلامی در خانواده است و مقدمه آن، شناخت همسران نسبت به همدیگر است؛ اگر زن و شوهر، روحیات اخلاقی همدیگر را خوب بشناسند و بدانند چه اموری برای همسرش ناخوشایند است، سعی می‌کنند دور آن نروند و نسبت به همدیگر مراعات نمایند. آن وقت زندگی در خانواده شیرین می‌شود و صفا و صمیمیت رونق می‌گیرد. تذکر این نکته الزامی است که عناوین ارائه شده از طرف ما برای آغاز کلاس است و ضروری است مطالب دیگر در این امتداد با تجربه و مطالعاتی که خود دارید، ارائه گردد.

### وظایف متقابل همسران

#### ۱. درک و شناخت متقابل زن و شوهر از یکدیگر

شناخت خصلت‌ها و ویژگی‌های هر یک از زن و شوهر برای دیگری، نقش بسیار مهمی در ایجاد تفاهم و رضامندی آنان از زندگی خانوادگی دارد. هر انسانی به گونه‌ای خاص می‌اندیشد و به روش ویژه‌ای رفتار می‌کند؛ برخی مؤدبانه رفتار می‌کنند و برخی از رعایت چارچوب ادب گریزان هستند؛ برخی آرام‌اند و برخی عصبی؛ تعصب نسبت به خانواده، به نظم و ترتیب،

ایده آل‌گرایی مانع چنین واقع‌بینی خواهد بود. گاه باید به خود مجال داد تا قلم‌مویی برداشته تصویر ایده آل خویش را با وجود حقیقی همسر همسان کرد به جای آنکه با فشار جزّ و بحث وی را با دلخواه خود همساز نمود.

## ۲. عفو و گذشت

محیط خانه تنها با گذشت و نیز چشم‌پوشی از عیوب و خطاهای شریک زندگی است که گرمای حضور و محبت را در خود نگه می‌دارد، بدان دوام می‌بخشد و رابطه زن و شوهر در پرتو چنین ارادتی است که مملوّ از صمیمیت می‌گردد؛ در حالی که نبودن یا کم‌رنگی خصلت عفو و گذشت به زودی رابطه همسری را به سردی می‌کشاند و نزاع لفظی بدل به برخورد فیزیکی و گاه طلاق می‌شود. به همین جهت است که رسول خدا ﷺ فرمود: «از یکدیگر درگذرید تا کینه‌ها از میانتان رخت بریندد»<sup>۱</sup> و نیز آن حضرت خطاب به زنی به نام حواء فرمود: «ای حواء زنی نیست که از شوهرش کلمه بدی را تحمل کند مگر آنکه خداوند به تعداد همه آن کلمات بد، برای او اجر انسان روزه‌دار و مجاهد در راه خدا را می‌نویسد»<sup>۲</sup> پیوند ازدواج، ورود به عرشه مقدسی است که تنها سعه صدر، صبر و گذشت می‌تواند آن را به ساحل امن و بهشت آرامش برساند. پیامبر ﷺ فرمود: «در بهشت مرتبه‌ای است که جز امام عادل و کسی که اهل صله رحم بوده و مردی که تشکیل خانواده داده و صبور است، کسی که به آن نمی‌رسد»<sup>۳</sup>.

## ۳. احترام متقابل

احترام زن و شوهر به یکدیگر در سلامت روحی، افزایش محبت و تحکیم خانواده تأثیر بسزائی دارد. دایره این احترام شامل ارج نهادن به شخصیت

به رنگ خاص و مواردی از این دست، گونه‌های مختلفی از کنش‌ها و واکنش‌ها را در پی دارد. اگر همسران، با توجه به ویژگی‌های خاص هر یک، رعایت حال هم را بکنند و حاضر شوند به خاطر همسر از خواسته خود بگذرند، احساس خوشبختی و سعادت در آنها افزایش می‌یابد. همچنین شناخت مشکلات همسر، پذیرش مشکل او و همدلی کردن با وی در زندگی خانوادگی بسیار حائز اهمیت است؛ به عنوان مثال هنگامی که مرد شب‌کار است یا شغل او در سفر است همسرش باید وضعیت او را درک کند و شوهر را در کنار آمدن با این وضعیت یاری رساند یا هنگامی که زن باردار است، مرد باید وضع او را درک کرده، به او مدد رساند، و به او بیشتر محبت کند تا بتواند با آسودگی بیشتری این وضع را تحمل کند.

از سوی دیگر، عدم شناخت ویژگی‌ها و وضعیت خاص همسر، یا کنار نیامدن با آنها، مشکلات بسیاری را در روابط بین زن و شوهر ایجاد می‌کند؛ زندگی زناشویی در این صورت فاقد شور و حرارت بوده به سردی می‌گراید و از رضامندی زوجین از زندگی خانوادگی به شدت می‌کاهد.

نتایج تفحص در موارد نزاع خانوادگی، ما را به این اصل رهنمون می‌گرداند که ریشه بسیاری از اختلافات خانوادگی در عدم درک متقابل همسران از یکدیگر نهفته شده است. درک موقعیت و مشکلات همسر موجب می‌شود که انسان به نیکی‌های همسر توجه بیشتری کرده، قدردان زحمات وی باشد. برعکس کسی که همسر خود را درک نمی‌کند، تمام تلاشهای او را نادیده می‌گیرد و عیب‌ها و کاستی‌های همسر در نظرش بسیار جلوه می‌کند و نه تنها قدردان و مشوق همسرش نیست، بلکه با زخم زبانه‌های خود، نشاط زندگی را از او سلب می‌کند. رها شدن از خودبینی و شناخت روحیات و مشکلات همسر، اولین قدم‌های درک همسر است. نقطه روشن در این شناخت واقع‌بینی است؛ همسرت را آنگونه بشناس که واقعیت دارد نه آنگونه که خود می‌پسندی چنان باشد.

۱. کنز العمال، ج ۳، ص ۳۷۳.

۲. مستدرک الوسائل، ج ۱۰۴، ص ۲۴۵.

۳. بحارالانوار، ج ۱۰۴، ص ۷۰.

یکدیگر، احترام به نظریات، افکار و سلیقه‌های همدیگر شده، تمام شئون زندگی آنها را تحت تأثیر نیکوی خود قرار می‌دهد.

احترام و تکریم یکدیگر از آموزه‌های اخلاقی دوجانبه در روابط همسران است؛ یعنی همان‌طور که زن وظیفه دارد به شوهر خود احترام بگذارد و شأن و منزلت او را در مقام همسر، مدیر خانواده و پدر فرزندان ارج نهد، مرد نیز باید زن را تکریم کند و منزلت همسری و مادری او را رعایت کند.

هر فردی به شخصیت و منزلت خویش علاقه‌مند است و از خدشه دار شدن آن رنج می‌برد. در پرتو تکریم و احترام متقابل، حدود و جایگاه افراد حفظ می‌شود و لطمه‌ای به شخصیت آنان وارد نمی‌گردد. رعایت این اصل [احترام متقابل] درباره همسران، که به طور طبیعی سالیان زیادی با همدیگر انس، الفت و معاشرت دارند، اهمیتی مضاعف پیدا می‌کند و رعایت آن موجب استحکام و ثبات بیشتر خانواده می‌گردد. زن و شوهر هرگز نباید به دلیل ارتباط و انس زیاد با یکدیگر، از این امر غفلت داشته باشند بلکه به دلیل همین ارتباط زیاد موظف هستند در هر حال، شأن و موقعیت یکدیگر را درک کرده و رعایت کنند. در آموزه‌های حیات‌بخش اسلام، توصیه‌های ارزشمندی به مردان و به زنان درباره تکریم همسر بیان شده است. امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید:

از رحمت و مغفرت پروردگار دور است زنی که شوهر خود را آزار و اذیت کند و سعادت‌مند زنی است که شوهر خویش را اکرام و احترام کرده، اذیتش نکند و از او در همه حالات اطاعت و فرمانبرداری نماید.<sup>۱</sup>

پیامبر گرامی اسلام حضرت محمد صلی الله علیه و آله درباره اکرام زن می‌فرماید:

کسی که زنی را به همسری انتخاب می‌کند، باید او را احترام کند و منزلت او را حفظ نماید.<sup>۲</sup>

امام سجاده علیه السلام نیز در این باره می‌فرماید:

حق زن بر مرد آن است که بداند خداوند زن را مایه آرامش و انس مرد قرار داده است و بداند که زن نعمتی الهی می‌باشد، پس باید او را اکرام کرده و نسبت به او مهربان باشد.<sup>۱</sup>

#### ۴. محبت

جانمایه زندگی خانوادگی، محبت است؛ چنان‌که قرآن می‌فرماید:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ. (روم: ۲۱)

و از نشانه‌های او اینکه از [نوع] خودتان همسرانی برای شما آفرید تا بدانها آرام گیرید، و میانتان دوستی و رحمت نهاد. آری، در این [نعمت] برای مردمی که می‌اندیشند قطعاً نشانه‌هایی است.

محبت از ناحیه زن و مرد هر دو باید ابراز شود. زن می‌تواند با محبت و عشق‌ورزی در روح و جان مرد نفوذ کند به او امید و نشاط بخشد. رسول‌گرامی اسلام صلی الله علیه و آله در این مورد می‌فرماید: «وظیفه زن این است که ملازم خانه شوهر باشد، به او عشق بورزد، از خشم او دوری جوید، آن چه رضای شوهر است انجام دهد و به پیمانش وفادار باشد».<sup>۲</sup>

آنها که می‌خواهند درجه ایمان خویش را در میزانی به سنجش بنشینند، در این سخن امام جعفر صادق علیه السلام اندیشه کنند که فرمود: هرچه ایمان مرد بیشتر باشد محبتش به همسرش بیشتر خواهد بود.<sup>۳</sup>

پیامبر رحمت، محمد مصطفی صلی الله علیه و آله، که در هر خصلت پاکی اسوه است، در محبت به همسر و خانواده خویش نیز الگوی برتر است و به پیروان

۱. همان، ج ۷۱، ص ۵.

۲. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۳۸.

۳. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۱.

۱. بحارالانوار، ج ۱۰۰، ص ۲۵۳.

۲. همان، ص ۲۲۴.

موظفی آن را بیوشانی و در جهت ترمیمش برآیی. جای دارد در این تشبیه زیبا اندیشه کنی و آنچه از مزایا و فواید لباس بر آبرومندی، ارزش گذاری و زیباسازی آدمی وجود دارد، بر رابطه همسری تطبیق نمایی.

#### ۷. آراستگی

آراستگی ظاهر، نظافت و استعمال بوی خوش نیز نقش مهمی در حفظ پاکدامنی همسر دارد. هرکس بر اساس فطرت خویش از آراستگی و زیبایی لذت برده و از زشتی، ژولیدگی و مراعات نکردن نظافت متنفر است. از این رو، در احادیث اسلامی به مردان متأهل سفارش شده که با آراستگی خود موجبات پاکدامنی زنان خویش را فراهم سازند.

رسول خدا ﷺ می فرماید:

اغْسِلُوا ثِيَابَكُمْ، وَ خُذُوا مِنْ شُعُورِكُمْ، وَاسْتَاكُوا، وَ تَزَيُّوْا، وَ تَنْظِفُوا؛ فَإِنَّ بَنِي إِسْرَائِيلَ لَمْ يَكُونُوا يَفْعَلُونَ ذَلِكَ، فَرَزْتُ نِسَاءَهُمْ.<sup>۱</sup>

لباسهای خود را بشوید، موهای خود را اصلاح کنید، مسواک بزنید، آراسته و پاکیزه باشید؛ زیرا بنی اسرائیل چنین نکردند و زنانشان زناکار شدند.

و امام رضا ﷺ می فرماید:

إِنَّ التَّهَيَّئَةَ مِمَّا يَزِيدُ فِي عِفَّةِ النِّسَاءِ، وَ لَقَدْ تَرَكَ النِّسَاءُ الْعِفَّةَ بِتَرْكِ أَزْوَاجِهِنَّ التَّهَيَّئَةَ.<sup>۲</sup>

آمادگی [و آراستگی مردان] بر پاکدامنی زنان [آنان] می افزاید، گروهی از زنان، پاکدامنی خود را رها کردند؛ زیرا شوهرانشان خود را برای نیازهای آنها آماده نمی کردند.

خویش چنین توصیه می کند: «ایمان آن کس بهتر است که اخلاقش بهتر و مهر و محبتش به خانواده اش بیشتر باشد و من مهربان ترین شما نسبت به خانواده هستم.»<sup>۱</sup>

#### ۵. رفق و مدارا

تحمل و سازش همراه با ایثار و فداکاری یعنی رفق و مدارا، از مسائل اساسی پیوند میان اعضای خانواده است.

علی ﷺ می فرماید: همیشه با همسرت مدارا کن و با او به نیکی معاشرت نما، تا زندگی ات با صفا شود.<sup>۲</sup>

پیامبر ﷺ می فرماید: کسی که در مقابل بد خلقی همسرش صبر می کند، خداوند پاداش صابران را به او عطا می کند.<sup>۳</sup>

پیامبر ﷺ فرمود: زنی که بد خلقی شوهر را تحمل نماید خداوند او را عذاب نمی کند و به او ثواب هزار شهید و ثواب یک سال عبادت می دهد.<sup>۴</sup>

#### ۶. عیب پوشی

کاستی و نقص لازمه بشر غیر معصوم است، اگر زن و شوهر از عیوب و نقاط ضعف یکدیگر مطلع شوند برای به سامان رسیدن ازدواج و ارتباط صمیمانه، باید در صدد برطرف کردن آن باشند. توصیه دین، نهی از برملا کردن عیوب شریک زندگی است بلکه تشبیه زن و شوهر به لباس برای یکدیگر که در قرآن آمده است (بقره: ۱۸۷) توجهی نمادین به این اصل است که ساختار خانواده در جهت تکامل بخشی است؛ پس زنهار! که عیب یکدیگر را آشکار کنی بلکه

۱. وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۵۰۷.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۱۰.

۳. قصار الجمل، باب الزوجه.

۴. ارشاد القلوب، ج ۱، ص ۴۵۸.

۱. نهج الفصاحه، ص ۷۲.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۸۳.

به زن نیز سفارش شده که خود را تنها برای شوهر بیاراید و زینت کند، زیباترین لباس‌ها را بپوشد، خود را معطر و خوشبو نماید، و به بهترین شکل ممکن برای شوهرش دلبری کند. امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید:

لَا يَتَّبِعِي لِمَرْأَةٍ أَنْ تُعْطَلَ نَفْسُهَا وَلَوْ أَنَّ تُعَلَّقَ فِي عُقْطِهَا قِلَادَةٌ،  
وَلَا يَتَّبِعِي لَهَا أَنْ تَدَعَ يَدَهَا مِنَ الْخِضَابِ وَلَوْ أَنَّ تَمْسَحَهَا بِالْحَتَاءِ مَسْحًا  
وَأَنْ كَانَتْ مُسْنَةً.<sup>۱</sup>

شایسته نیست که زن خود را [بدون آرایش] معطل گذارد، گرچه در گردن خود گردنبندی بیاویزد. و شایسته او نیست که دستش را بدون خضاب بگذارد، اگر چه با کمی حنا باشد؛ هر چند آن زن سالخورده باشد.

## درس دوم: همسر داری (۲)

استاد محترم هدف این درس، یادآوری وظایفی است که مکتب اسلام به عهده مرد به عنوان مدیر خانواده گذاشته است و نیز وظایفی که به عهده زن به عنوان زن بودن گذاشته شده است. با تذکر این نکته که عناوین ارائه شده از طرف ما برای آغاز کلاس است و مطالب دیگر در این راستا با تجربه‌ای که دارید، ارائه می‌نمایید.

### وظایف شوهر

وظایف خطیری که مرد در مقابل همسر و فرزندان به عهده دارد، عبارت است از:

#### ۱. سرپرستی و مدیریت

مرد به حکم عقل و شرع، سمت سرپرستی خانواده را به عهده دارد؛ زیرا او در بُعد جسمی و عقلی بر زن برتری داشته، برای اداره خانواده توانایی بیشتری دارد؛ علاوه بر این، تأمین هزینه زندگی نیز بر عهده او گذاشته شده است. قرآن کریم می‌فرماید:

الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا انْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ. (نساء: ۳۴)

مردان، سرپرست و نگهدار زنانند، به خاطر برتری‌هایی که خداوند [از نظر نظام اجتماع] برای بعضی نسبت به بعضی دیگر قرار داده است، و به خاطر انفاق‌هایی که از اموالشان [در مورد زنان] می‌کنند.

«مِنْ سَعَادَةِ الْمَرْءِ أَنْ يَكُونَ الْقَيِّمَ عَلَى عِيَالِهِ<sup>۱</sup>؛ از خوشبختی‌های مرد آن است که خودش سرپرست خانواده‌اش باشد.» سرپرستی خانواده، مسئولیت خاص خویش را به دنبال دارد؛ تکاپوی دوچندان می‌طلبد و نظارتی دقیق به رفتار و عملکرد اعضای خانواده را خواهان است؛ چنان‌که رسول اکرم ﷺ فرمود:

الرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَكُلُّ رَاعٍ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ.<sup>۲</sup>

مرد سرپرست و عهده‌دار امور خانواده‌اش است و هر سرپرستی مسئول

کارهای زیردستان است.

بنابراین، مرد باید با نظارت بر کارهای افراد خانواده، آنان را از ارتکاب گناه و مفاسد اخلاقی باز دارد و چنانچه نسبت به تعهداتی که در جهت هدایت خانواده دارد، کوتاهی کند، مسئول خواهد بود.

مسئولیت مرد، تنها در رسیدگی به بعد مادی خانواده محدود نمی‌شود، بلکه هدایت افراد خانواده، نظارت همیشگی در تربیت آنها، امر به معروف و جلوگیری از انحرافات اخلاقی آنها نیز از وظایف خطیر مرد در محیط خانه است. قرآن کریم می‌فرماید:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ. (تحریم: ۶)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید؛ خود و خانواده خویش را از آتشی که هیزم آن انسانها و سنگهاست، نگه دارید.

از امام صادق ﷺ درباره تفسیر این آیه پرسیدند، پس فرمود: «آنها را امر به معروف و نهی از منکر کنید». گفتند: این کار را می‌کنیم، اما آنها قبول نمی‌کنند. آن حضرت ﷺ فرمود: «در این صورت وظیفه خود را انجام داده‌اید».<sup>۳</sup>

علت سرپرستی مرد، برتری روحی، عقلی و جسمی او بر زن است؛ چرا که به جهت قدرت کنترل عواطف، توانایی بیشتری برای مدیریت خانواده دارد؛ گرچه زن نیز از جهت عاطفی بر مرد غلبه دارد و هیچ‌کدام از این برتریها، نشانگر نقص وجودی نیست، بلکه هر یک متناسب با جنسیت خود، تواناییهای خاص دارند و هماهنگ کردن این تواناییها با مسئولیتها، سعادت خانوادگی زن و مرد را تأمین می‌کند.

زن، مانند گل، ظریف و لطیف است؛ همان‌گونه که گل تحمل آفتاب سوزان و باد و طوفان را ندارد، زن نیز توان تحمل مسئولیت‌های سنگین و طاقت‌فرسای زندگی را ندارد.

امیر مؤمنان ﷺ به فرزندش - امام حسن مجتبی ﷺ - چنین اندرز می‌دهد:

وَلَا تُمْلِكِ الْمَرْأَةَ مِنْ أَمْرِهَا مَا جَاوَزَ نَفْسَهَا، فَإِنَّ الْمَرْأَةَ رِيحَانَةٌ وَلاَ يَسْتَبِقُهَا مَانَةٌ.<sup>۱</sup>

به زن بیش از امور شخصی‌اش کاری مسپار که زن [همانند] دسته گل است نه قهرمان.

باید توجه داشت که موفقیت مرد در مدیریت خانواده، تنها با حکومت بر دل زن میسر است؛ اگر اعضای خانواده به مرد، علاقه‌مند بوده و در عمق وجودشان برای او حرمت قائل باشند، او می‌تواند در اداره خانواده موفق باشد، وگرنه توسل به زور و خشونت، نه تنها کارگشا نیست، بلکه بر ناپساامانی خانواده می‌افزاید. البته هر فردی باید از اختیارات خود در جهت مصالح خانواده استفاده کند، نه در جهت تثبیت برتری جویی و خواسته‌های خودخواهانه خود. بطور طبیعی، اختیارات سرپرست خانواده، اگر در جهت مصالح آنها به کار گرفته شود، تأثیر زیادی در سعادت خانواده خواهد داشت؛ چنان‌که امام صادق ﷺ فرمود:

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۲۵۱.

۲. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۴۸.

۳. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۲۷.

۱. نهج البلاغه، نامه ۳۱، ص ۹۳۹.



البته این در صورتی است که جلوگیری از گناه، از توان مرد خارج باشد، اما در صورت توان، باید با برخوردی شایسته، از وقوع مفاسد و انحرافات، پیشگیری کند و گرنه مسئول است؛ بر همین اساس است که پیامبر ﷺ مردانی را که به زنان خود اجازه پوشیدن لباسهای بدن‌نما و رفتن به مجالس مفسده‌انگیز می‌دهند، وعده عذاب الهی داده است.<sup>۱</sup>

بی‌تفاوتی مرد نسبت به تعهداتی که در مورد هدایت خانواده و حفظ آن در برابر انحرافات بر عهده اوست، زیانهای جبران‌ناپذیری را در پی خواهد داشت؛ قرآن کریم می‌فرماید:

إِنَّ الْخَاسِرِينَ الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ وَ أَهْلِيهِمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَلَا ذَلِكَ هُوَ الْخُسْرَانُ الْمُبِينُ. (زمر: ۱۵)

زیانکاران واقعی در روز قیامت آنانند که سرمایه وجود خویش و بستگان‌شان را از دست داده‌اند. آگاه باشید که زیان آشکار همین است.

## ۲. تأمین هزینه زندگی

تأمین وسایل مورد نیاز خانواده مانند مواد غذایی و پوشاک بر عهده مرد است و نباید در جهت تأمین نیازمندی‌های زندگی از هرگونه فداکاری دریغ ورزد.

امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «کسی که از راه حلال برای تأمین رفاه خانواده‌اش تلاش می‌کند، همانند مجاهدی است که در راه خدا جهاد می‌کند.»<sup>۲</sup>

از آنجا که مسئولیت تربیت فرزندان و اداره امور داخلی خانواده، به‌طور معمول بر عهده زن قرار دارد، طبیعی است که مرد باید عهده‌دار تأمین هزینه‌های زندگی باشد و نباید در انجام این وظیفه هیچ منتی بر خانواده خود بگذارد.

رسول گرامی اسلام ﷺ در مورد حقوق زن بر مرد می‌فرماید:

يَكْسُوها مِنَ الْعَرَى وَ يُطْعِمُها مِنَ الْجُوعِ وَ اذا اذْنَبَتْ عَفَرَها.<sup>۱</sup>

[حق زن بر مرد این است که] او را از برهنگی بیوشاند، از گرسنگی رهایی بخشد و از لغزش او درگذرد.

به هر حال، تمام نیازهای مادی زن و فرزندان بر عهده مرد است و باید به گونه‌ای شایسته به انجام این وظیفه همت گمارد.

## ۳. توسعه بر خانواده

توسعه رفاه و آسایش خانواده و رسیدگی به نیازهای مختلف اقتصادی آنان، از دیگر مواردی است که به عهده مرد است. امام سجاد علیه السلام می‌فرماید: مورد رضایت‌ترین افراد در پیشگاه خدا کسی است که زمینه‌های آسایش خانواده خود را آبرومندانه‌تر فراهم سازد.<sup>۲</sup>

افراد خانواده برای تأمین زندگی همراه با رفاه نسبی به سخاوت مرد نیاز دارند، و چنانچه از این ناحیه در تنگنا قرار گیرند، لطمه‌های روحی و جسمی فراوانی به آنان وارد خواهد شد.

مردی که با وجود توانایی مالی، همسر و فرزندان‌ش را در تنگدستی قرار می‌دهد، خوشی و آسایش آنان را سلب کرده، بر اثر بخل‌ورزی، آنان را از خود بیزار می‌کند. امام رضا علیه السلام می‌فرماید:

يُنْبَغِي لِلرَّجُلِ أَنْ يُوسِّعَ عَلَى عِيَالِهِ لئَلَّا يَتَمَتَّوْا مَوْتَهُ.<sup>۳</sup>

شایسته است که مرد بر خانواده خویش توسعه دهد، تا آرزوی مرگ او را نکنند.

۱. وسائل الشَّيعة، ج ۱۴، ص ۱۱۸.

۲. تحف العقول، ص ۲۰۱.

۳. وسائل الشَّيعة، ج ۱۵، ص ۲۴۹.

۱. محجة البیضا، ج ۳، ص ۱۰۱.

۲. بحار الانوار، ج ۱۰۴، ص ۷۲، ح ۱۴.

گفتنی است همان‌گونه که بخل ورزی آثار نامطلوبی در روحیه خانواده می‌گذارد، توسعه بر خانواده باید متناسب با امکانات و توان اقتصادی مرد باشد و او نباید به خاطر تأمین این هدف، بیش از حد توان بر خود فشار وارد کند؛ چنان‌که امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید:

اِذَا جَادَ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى عَلَيْكُمْ فَجُودُوا وَإِذَا امْسَكَ عَلَيْكُمْ فَامْسِكُوا.<sup>۱</sup>  
هرگاه خداوند متعال به شما بخشید، شما هم ببخشید، و چون امساک فرمود، شما هم امساک کنید.

#### ۴. توجه به نیاز جنسی

اگر انسان‌ها فاقد غریزه جنسی بودند، تن به ازدواج و تشکیل خانواده نمی‌دادند و هیچ دختر و پسری از کانون گرم خانواده پدر و مادر جدا نمی‌شدند و مسئولیت‌های دشوار زندگی مشترک را نمی‌پذیرفتند. کشش و جاذبه غریزه جنسی زمینه روی آوردن به ازدواج است تا بدین وسیله، نسل بشر استمرار و دوام یابد. همان‌گونه که غریزه جنسی عامل اساسی پیدایش خانواده و زندگی مشترک است، در استمرار و استحکام خانواده نیز نقش مهمی دارد.<sup>۲</sup>

تحقیقات انجام شده حاکی از آن است که بخش عمده‌ای از طلاق‌ها معلول بروز اختلال در رضامندی زناشویی است. بی‌اهمیتی به ارضای صحیح و طبیعی غریزه جنسی، گاه خانواده را در آستانه فروپاشی قرار می‌دهد.<sup>۳</sup>

رابطه زناشویی فراتر از ارضای غریزه جنسی است. چه بسیارند کسانی که به عمل زناشویی اقدام می‌کنند، ولی به هیچ وجه غریزه جنسی آنان ارضا نمی‌گردد. به عبارت دیگر، تحقق ارضای جنسی تنها در برقراری

تماس جسمی نیست، بلکه احتیاج به آمادگی‌های جسمی و روحی و نیز آگاهی و اطلاعات متناسب دارد.<sup>۱</sup>

افزون بر این، ارضای نیاز جنسی، تأثیر مثبت در عفت و پاکدامنی طرفین دارد و در نزدیکی عاطفی زن و شوهر به یکدیگر و گرمی کانون خانواده نیز مؤثر است. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

- برای هیچ زنی، روانیست که بخواهد، مگر این که [پیش از آن،] خودش را به شوهرش عرضه کند. جامه‌هایش را در آورد، در بستر او درآید، و پوست خود را بر پوست او بچسباند. اگر چنین کند، پس، خود را عرضه نموده است.<sup>۲</sup>  
- هرگاه مرد، همسرش را برای نیازش فراخواند، زن باید نزد او برود، اگر چه سر تنور [مشغول پختن نان] باشد.<sup>۳</sup>

- هرگاه مرد، همسرش را به بستر خویش بخواند و او خودداری کند، و شوهرش آن شب را با ناراحتی از او بگذراند، فرشتگان آن زن را، تا صبح، لعنت می‌کنند.<sup>۴</sup>

هیچ زنی، از بستر شوهرش دوری نمی‌کند مگر آنکه فرشتگان خداوند عزوجل او را لعنت کنند.<sup>۵</sup>

#### ۵. غیرت

غیرت بجا از مصادیق زندگی عاقلانه است؛ یعنی مرد در برابر حجاب و عفاف همسر و اعضای خانواده‌اش حساس بوده، اجازه ندهد آنان مورد سوء استفاده چشم‌ها و برخوردهای آلوده نامحرم‌ان قرار گیرند. رسول گرامی اسلام فرمود:

۱. مجید رشیدپور، روانشناسی ازدواج در اسلام.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۲۶.

۳. کنز العمال، ج ۱۶، ص ۳۳۵.

۴. مسند احمد بن حنبل، ج ۳، ص ۴۴۱.

۵. همان، ص ۲۵۸.

۱. همان، ص ۲۵۹.

۲. محمدتقی مصباح، اخلاق در قرآن، ج ۳، ص ۷۱.

۳. مجید رشیدپور، تعادل و استحکام خانواده، ص ۱۰۲.

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى غَيُورٌ يَحِبُّ الْغَيُورَ.<sup>۱</sup>

خداوند از بندگان خود شخص غیور را دوست دارد.

در روایت دیگری آمده است: مرد بی غیرت قلبش واژگونه است یعنی از صراط مستقیم انسانیت فاصله گرفته است.<sup>۲</sup>

همانگونه که غیرت بجا و مناسب، شایسته است، غیرت نابجا، نامطلوب است. امام علی علیه السلام می فرماید: از غیرت نابجا بپرهیز؛ زیرا سبب می شود که زن های پاکدامن هم به آلودگی کشیده شده و راه گناه را بیاموزند.<sup>۳</sup>

مرد نباید نسبت به همسرش بی تفاوت و بی توجه باشد بلکه می بایست نسبت به او غیرت و حمیت داشته باشد و از شخصیت و کرامت وی محافظت کند و اجازه ندهد که احترام شخصیت همسرش بر اثر بی توجهی او از بین برود. وقتی زن ببیند که شوهرش غیرت و مردانگی دارد و در برابر حفظ آبرو و شخصیت او بی تفاوت نیست، قطعاً به زندگی مشترک با او بیشتر امیدوار و پایبند می گردد و متوجه می شود که با ادامه زندگی، شخصیت و آبرویش محفوظ می ماند، در نتیجه ایشار و فداکاری بیشتری از خود نشان می دهد، و رعایت چنین حقی به نوبه خود نظام خانواده را در برابر آسیب ها و خطرات مصون می دارد.

امیر مؤمنان علیه السلام می فرماید:

قَدْرُ الرَّجُلِ عَلَى قَدْرِ هِمَّتِهِ... وَ عِفَّتُهُ عَلَى قَدْرِ غَيْرَتِهِ.<sup>۴</sup>

ارزش مرد به اندازه همت او... و پاکدامنی اش به اندازه غیرت اوست.

افراد غیر تمند هرگز به کارهای نامشروع جنسی تن نمی دهند و ارزش خود را با هوسرانی های زودگذر ضایع نمی کنند؛ چنان که امام علی علیه السلام می فرماید: «مَا زَنَى غَيُورٌ قَطُّ»<sup>۱</sup> [انسان] غیر تمند هرگز زنا نمی کند.

انسانهای بی غیرت در پی آلودگی جنسی و خیانت به ناموس دیگران هستند و عفت عمومی را جریحه دار می کنند، ولی غیرتمندان نه خود را به هوسرانی های زودگذر سرگرم می کنند، نه زمینه فساد را برای دیگران آماده می کنند و نه نسبت به بی عفتی خانواده هایشان بی اعتنا هستند.

در نهایت در زندگی خانوادگی، زن و مرد وظیفه دارند که با دیگر مردان و زنان نامحرم، رابطه ای بیرون از پرده حیا و عفاف، برقرار نسازند و از چشم چرانی، هوسرانی و پیروی از خواهشهای نفسانی خودداری کنند و با داشتن غیرت، خود را به صفات زیبای اخلاقی بیارایند.

## وظایف زن

### ۱. شوهرمداری

از نقشهای مهم زن در خانه و خانواده، نقش همسری اوست. خداوند، زن را جفت مرد و مایه آرامش و سکون او آفریده است. ارزش همسر خوب را با مال و زیورآلات دنیا نمی توان سنجید.<sup>۲</sup> همسر شایسته، در روایات اسلامی، مایه سعادت مندی مرد و خیر دنیا و آخرت معرفی شده است.<sup>۳</sup> و او را کارگزار خداوند سبحان لقب داده اند.<sup>۴</sup> وظیفه اصلی زن در نقش همسری، خوب شوهرمداری کردن است. شوهرمداری عبارت است از: نگهداری و مراقبت از شوهر، فراهم سازی اسباب رضایت

۱. نهج البلاغه، ص ۲۹۷.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۰۸.

۳. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۷۵.

۴. نهج البلاغه، ص ۴۷۷.

۱. نهج البلاغه، ص ۵۲۹.

۲. ر.ک. بحارالانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۶.

۳. ر.ک. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۲۳.

۴. ر.ک. کافی، ج ۵، ص ۳۲۵.

و از همه بالاتر توفیق جهاد در راه خدا دارند. وقتی مردی از شما به حج یا جهاد می‌رود، ما زنان هستیم که اموالتان را نگهداری می‌کنیم، برای جامه‌های شما نخ می‌ریسیم و فرزندان شما را تربیت می‌کنیم. چگونه است که ما در زحمتهای شریک شما مردان هستیم اما در وظایف بزرگ و مقدس و کارهای پر اجر و پاداش شرکت نداریم و از همه آنها محرومیم؟»

رسول اکرم ﷺ نگاهی به اصحاب کرد و فرمود: «آیا تاکنون از زنی سخنی به این خوبی، منطقی و بدین رسایی در امور دین شنیده‌اید؟»

یکی از اصحاب گفت: خیال نمی‌کنم این سخن از خود این زن باشد.

رسول خدا ﷺ به جواب این مرد اعتنا نکرد. رو کرد به اسماء و فرمود:

ای زن! آنچه می‌گویم درست فهم کن و به زنانی که تو را فرستاده‌اند نیز بگو. پنداشتی هر که مرد شد به واسطه این کارها که بر شمردی توفیق اجر و پاداش و فضیلت می‌یابد و زنان محرومند؟ نه؛ چنین نیست. زن اگر خوب شوهرداری و خانه‌داری کند و نگذارد محیط پاک خانه با غبار کدورت آلوده شود، اجر و پاداش و فضیلت و توفیقش معادل است با همه آن کارها که مردان انجام می‌دهند.

وقتی اسماء این جواب را شنید، چهره‌اش از خوشحالی برافروخته شد و با خوشحالی به سوی همفکرانش برگشت.<sup>۱</sup>

شوهرداری بر مبنای اصولی بنا شده است. منظور ما از این اصول، آن دسته حقوق، تعهدات و تکالیفی است که بر عهده زن گذاشته شده است. از نظر اسلام، حق شوهر بر زن از همه حقوق برایش بالاتر است.<sup>۲</sup> و او تنها در پرتو ادای حق شوهر است که می‌تواند حق خدا را ادا کند.<sup>۳</sup>

خاطر او، به دست آوردن دل او، مراقبت اخلاق و رفتار او، تشویق او به کارهای نیک و بازداشتنش از کارهای بد، تحمل او و سختی‌های زندگی‌اش برای رضای خدا، نظارت بر بهداشت و تغذیه‌اش، و خلاصه از او مدیری لایق و کاردان، مرتبی و پدري نمونه، انسانی محبوب و آبرومند و شخصیتی مفید و مؤثر ساختن.

شوهرداری از نظر اسلام ارزشی معادل جهاد دارد؛ چنان‌که امام علی علیه السلام می‌فرماید:

جِهَادُ الْمَرْأَةِ حُسْنُ التَّبَعِ.<sup>۱</sup>

جهاد زن به این است که خوب شوهرداری کند.

زنی که در سنگر خانواده با تمام وجود خود، با عشق و امید و شور و نشاط، انجام وظیفه می‌کند، در اجر و پاداش همانند مجاهدی است که جان خویش را در طبق اخلاص گذاشته، در راه خدا با دشمن می‌جنگد.

برای روشن تر شدن ارزش شوهرداری ماجرای زیر را با هم می‌خوانیم:

عده‌ای از زنان مدینه نگران این بودند که مبادا وظایفی که بر عهده آنان واگذار شده قدر و قیمتی نداشته و همه وظایف مقدس و قدر و قیمت دار به مردان اختصاص یافته باشد. پس اسماء، دختر یزید انصاری، را به نمایندگی نزد رسول خدا ﷺ فرستادند تا پیام گلایه آمیزشان را به حضرت ابلاغ کند و جواب بگیرد. وقتی اسماء وارد شد که رسول خدا ﷺ در میان جمع اصحاب بود. گفت:

«پدر و مادرم قربانت. من نماینده زنانم. ما زنان می‌گوییم خداوند بزرگ تو را هم بر مردان مبعوث فرمود و هم بر زنان. تو تنها پیامبر مردان نیستی. ما زنان نیز به تو و خدای تو ایمان آوردیم. ما زنان در خانه‌های خویش نشسته، حاجت شما مردان را برمی‌آوریم و فرزندان شما را می‌پرورانیم اما از آن طرف می‌بینیم وظایف مقدس و کارهای بزرگ و ارجمند و پر اجر و با ارزش به مردان اختصاص یافته است و ما محرومیم. مردانند که توفیق جمعه و جماعت دارند، به عیادت بیماران می‌روند، در تشییع جنازه شرکت می‌کنند، حج مکرر انجام می‌دهند

۱. اسد الغابه، ج ۵، ص ۳۹۸-۳۹۹ (مجموعه آثار، شهید مطهری، ج ۱۹، ص ۵۳۸-۵۴۰).

۲. میزان الحکمه، ج ۴، ص ۲۸۳.

۳. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۵۷.

۱. بحارالانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۵۲.

زن حق ندارد آرایش و زیبایی خود را به نامحرمان ارزانی کند. رسول خدا ﷺ، زنی را که خود را خوشبو کند و از منزل خارج شود، تا به خانه برگشته از رحمت خدا دور دانسته است.<sup>۱</sup> همان حضرت می فرماید: «بهترین زنان شما زنی است که مطیع شوهر است، برای او آرایش می کند، ولی زینتش را برای بیگانگان ظاهر نمی سازد و بدترین زنان شما زنی است که در غیاب شوهر زینت می کند.»<sup>۲</sup> و نیز امام باقر علیه السلام می فرماید: «بر زن لازم است خود را خوشبو کند، بهترین لباسهایش را بپوشد، به بهترین وجه زینت کند و با چنین وضعی صبح و شب با شوهرش ملاقات نماید.»<sup>۳</sup>

۴. **سازگاری؛** سازش و مدارای زن و شوهر در زندگی جزء واجبات است و دوام زندگی مشترک به این سازگاری وابسته است. منظور از سازگاری در اینجا تحمل مشکلات و تطبیق خود با شرایط و وضعیتی است که پس از ازدواج برای زوجین در زندگی مشترک پیش آمده است؛ به گونه ای که با یکدیگر همراهی و سازش کنند و از یکدیگر دلسرد نشوند.<sup>۴</sup>

اگر زن عیبی در شوهر خود می بیند، باید بداند که هیچ انسانی بی عیب نیست. خود او نیز ممکن است عیبی داشته باشد. از این رو، براساس پیمانی که در ازدواج با شوهرش بسته است، باید بنا را بر تحمل بگذارد. حال، اگر اصلاح پذیر است، با درایت و هنرمندی اصلاحش کند، ولی اگر دید اصلاح نمی پذیرد شایسته آن است که با او بسازد و زندگی را از آنکه هست بر خود تلخ تر نکند. ستیزه جویی زن، نزاع و درگیری، ایرادگرفتن به شوهر، بهانه گیری های بی مورد از شوهر و زندگی او و خویشان او و به رخ کشیدن عیبهایش جز تلخ کردن زندگی نتیجه ای ندارد.

برخی از اصول شوهرمداری براساس ضوابط اسلامی عبارت است از:

۱. **تمکین؛** براساس شرع مقدس اسلام زنی که به عقد دائم در آمده است، باید خود را برای هرگونه لذتی که شوهر می خواهد تسلیم نماید و بدون عذر شرعی حق ندارد از مباشرت با او ممانعت کند.<sup>۱</sup>

اسلام، روابط جنسی زن و مرد را تنها در قالب ازدواج و محیط خانوادگی پذیرفته است و این امر علاوه بر اینکه موجب امنیت روانی زوجین می شود، خانواده را از خطر فساد و فروپاشی نجات می دهد.

۲. **اطاعت و فرمانبری؛** بر زن واجب است از شوهرش اطاعت کند، برای استمتاع او آمادگی داشته باشد، بدون اجازه وی از خانه بیرون نرود و برخی اعمال مستحبی را که با حقوق شوهر منافات دارد، بدون اجازه او انجام ندهد. شوهر در چارچوب مقررات شرعی باید انتظار اطاعت از همسرش داشته باشد، همسر نیز در خارج از آن چارچوب ملزم به اطاعت نیست.

زنی به حضور رسول خدا ﷺ آمد و گفت: ای رسول خدا! حق شوهر بر همسرش چیست؟ آن حضرت پاسخ داد:

حق شوهر آن است که همسرش از اطاعت او [در امور مشروع] سرپیچی نکند، بدون اجازه از اموالش صدقه ندهد، بدون اجازه او روزه مستحبی نگیرد، در برابر میل او هر جاکه مناسب است تمکین کند و بدون اجازه از خانه اش خارج نشود.<sup>۲</sup>

۳. **آراستگی؛** در اسلام سفارش شده است که زن، خود را تنها برای شوهر بپاراید و زینت کند، زیباترین لباس ها را بپوشد، خود را معطر و خوشبو نماید و به بهترین شکل ممکن برای شوهرش دلبری کند.

۱. ر.ک. توضیح المسائل، امام خمینی رحمه الله، مسأله ۲۴۱۲.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۱۲.

۱. ر.ک. بحارالانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۴۷.

۲. همان، ص ۲۳۵.

۳. همان، ص ۲۲۸.

۴. ر.ک. مطلع عشق، ص ۹۰-۹۱.

مضاف بر اینکه از نظر شرعی نکوهیده است و پیامدهای خاص خود را دارد؛ چنان که رسول خدا ﷺ می فرماید:

زنی که با شوهرش نسازد و او را بر چیزهایی وادارد که بیش از توانایی اوست، اعمالش مقبول خدا نیست و در قیامت، مغضوب پروردگار جهان است.<sup>۱</sup> و نیز می فرماید:

خداوند به من دستور داده که با مردم مدارا کنم؛ همان گونه که به انجام دادن فرایض فرمان داده است.<sup>۲</sup>

## ۲. خانه داری

پس از شوهر داری، مهم ترین کار برای زن، خانه داری است. خانه، کانون انس و محبت، صفا و صمیمیت و آرامش و آسایش و پرورشگاه مردان و زنان بافضیلت است، مرکز شخصیت سازی و کلاس تعلیم و تربیت کودکان است، جامعه کوچکی است که اجتماع بزرگ انسانها را به وجود می آورد، در نتیجه ترقی و تنزل و صلاح و فساد اجتماع به آن وابسته است. از این روست که اصلاح اجتماع را باید از اصلاح خانواده آغاز کرد.

مدیریت این پایگاه حساس زندگی بر عهده بانوان است و به عبارت دیگر ترقی و تعالی و صلاح و فساد جامعه در اختیار بانوان و به اراده آنهاست.<sup>۳</sup>

خانه داری عبارت است از: سرو سامان دادن به امور داخلی خانه، و تبدیل خانه به کانون صفا و صمیمیت و محیطی با نشاط برای زندگی.

خانه داری اگرچه از نظر شرعی بر زن واجب نیست و او حتی می تواند برای کارهای داخلی خانه از شوهرش مزد بگیرد، ولی چنین کاری سنتی اسلامی است

که پایه هایش را پیغمبر اکرم ﷺ بنا نهاده است و امام علی ﷺ و فاطمه زهرا ﷺ آن را پذیرفته و زندگی خود را براساس آن شکل داده اند. پیامبر ﷺ کارها را میان آنان تقسیم کرد و کارهای خانه را به فاطمه ﷺ سپرد و علی ﷺ را به انجام دادن کارهای بیرونی موظف نمود.

حضرت فاطمه ﷺ در خانه، گندم آرد می کرد، خمیر می ساخت و نان می پخت، خانه را نظافت می کرد و در یک جمله آن گونه که متعهد شده بود، به کارهای خانه می پرداخت و بر این تقسیم کار بسیار شادمان بود<sup>۱</sup> و حضرت علی ﷺ به کارهای بیرون از منزل می پرداخت.

در ارزش خانه داری همین بس که در روایات، بهترین وسیله برای قرب زن به خدا و کمال معنوی او دانسته شده است.

در روایتی می خوانیم که روزی رسول خدا ﷺ از اصحابش پرسید: «زن چه هنگام به خدا نزدیک تر است؟» پاسخی مناسب داده نشد. حضرت فاطمه ﷺ، آنگاه که از این پرسش با خبر شد، پاسخ داد:

اَذْنِي مَا تَكُونُ مِنْ رَبِّهَا اِنْ تَلَزَمَ قَعَرَ بَيْتِهَا.

زن، زمانی به خدا نزدیک تر است که در خانه بماند.

پیامبر اکرم ﷺ پاسخ حضرت زهرا ﷺ را تأیید کرد و او را پاره تن خود خواند.<sup>۲</sup> روزی رسول خدا ﷺ وارد خانه فاطمه شد. دخترش را دید که بر زمین نشسته، بایک دست فرزندش را در آغوش گرفته، شیر می دهد و با دست دیگر با آسیاب دستی گندم آرد می کند. اشک در چشمان حضرت حلقه زد و فرمود: «دخترم! تلخی های دنیا را [تحمل کن و] بجش تا در آخرت، شیرین کام باشی.» حضرت فاطمه ﷺ رضایت خود را بر انجام دادن کارهای خانه اعلام کرده، در پاسخ پدر

۱. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۴۴.

۲. وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۵۴۰.

۳. ر. ک. همسر داری، ابراهیم امینی، ص ۲۳۵.

۱. ر. ک. بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۳۱ و ۸۱.

۲. بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۹۲.

چنین گفت: «الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى نِعَمَائِهِ وَالشُّكْرُ عَلَى آلائِهِ»<sup>۱</sup> خداوند را بر نعمتهای بی‌شمارش، شکر و سپاس می‌گوییم.»

شایسته آن است که بانوان مسلمان با تأسی از سیره فاطمه زهرا (ع)، پرداختن به کارهای خانه را به عنوان وظیفه‌ای اصلی و یک ارزش اسلامی بنگرند و بهترین حالت برای قرب به خدا و کمال معنوی خود بدانند.

از مسائل مهم در خانه‌داری چگونگی اداره امور خانه است. اداره خانه از سخت‌ترین کارهاست و به دقت و ظرافت فراوانی نیاز دارد. کسی غیر از کدبانوی خانه نمی‌تواند به شایستگی از عهده این کار برآید. تنها اوست که با ظرافت‌های زنانه، برنامه‌ریزی، سازماندهی و تقسیم کار، نظارت و زیرکی‌های ویژه خود قادر است کانون خانوادگی را برای زندگی گرم نگه دارد.

بدیهی است که نباید بار سنگین تمام کارهای خانه بر کدبانوی خانه تحمیل گردد، بلکه لازم است که سایر اعضای خانواده نیز مشارکت نمایند و هرکدام فراخور حالشان مسئولیتی بپذیرند تا خانواده بتواند کارکردهای مؤثر خود را به خوبی ایفا کند.

مدیریت زن در خانه‌داری را می‌توان شامل این موارد دانست: ساماندهی خانه، تغذیه و مدیریت اقتصادی؛ حفاظت از اموال شوهر، قناعت، مصرف بهینه، مهمان‌داری و نقش مادری.

درس سوم:

## آسیب‌شناسی خانواده

استاد محترم هدف در این درس آشنایی فراگیران با آسیب‌هایی است که اساس خانواده‌ها را تهدید می‌کند. عناوینی که ما ارائه نمودیم نمونه است و ان شاء الله با تجاربی که دارید مسائل دیگری را هم استخراج نموده تا فراگیران را بیشتر با آن آشنا سازید.

### ۱. آسیب‌های فکری

۱-۱. شناخت ناکافی نسبت به ویژگی‌های زن و مرد؛ گام نخست در استمرار موفقیت آمیز رابطه همسری، شناخت تفاوت‌های ذاتی زن و مرد است. عدم شناخت این تفاوتها موجب سوء تفاهم، تنش و گاه گسست پیوند زناشویی می‌شود؛ برای نمونه باید دانست که زن‌ها معمولاً برای تخلیه خود، بیشتر حرف می‌زنند؛ در حالی که مردها بیشتر گوش می‌دهند. مردها حتی در موقع ناراحتی، برای حرف زدن فرصت می‌خواهند و به تدریج آمادگی حرف زدن را پیدا می‌کنند. اگر در این حالت زن، به اجبار مرد را وادار به حرف زدن کند، نوعی عقب‌نشینی در مرد ایجاد می‌شود و به سکوتش ادامه می‌دهد. بنابراین زن باید بداند که همسرش در چه مواقعی آمادگی صحبت کردن دارد. زنی که احساساتش را با شوهرش در میان می‌گذارد، طبیعتاً همسرش را به حرف زدن تشویق می‌کند.

و نظایر آن، به دانش و مهارت خود بیفزایند و از این طریق تعادل و سلامت خانواده را حفظ کنند.

## ۲. آسیب‌های اخلاقی

۲-۱. بدزبانی؛ یکی از عواملی که سلامت و سعادت خانواده را تهدید می‌کند و موجب بروز نگرانی‌ها و اختلافات میان زن و شوهر می‌گردد، بدزبانی است. «زبان» که وسیله تکلم و تفهیم خواسته‌های درونی است، اگر به صورت صحیح به کار گرفته نشود و بیماری‌های ناشی از آن معالجه نگردد، آثار منفی و زیانباری به همراه خواهد داشت. بدین جهت، روایات فراوانی درباره پرهیز از آزادی بی‌حد و حصر زبان و در تأکید بر محافظت آن وارد شده است.

شخصی حضور پیامبر اکرم ﷺ شرفیاب شد و تقاضای پند و اندرز کرد. آن حضرت فرمود: «اَحْفَظْ لِسَانَكَ؛ زبانت را حفظ کن.» سپس در برابر تقاضای مکرر او تا سه مرتبه این جمله (زبانت را حفظ کن) را تکرار کرده، فرمود:

وَيْحَاكَ وَهَلْ يُكِبُّ النَّاسُ عَلَى مَنَاخِرِهِمْ فِي النَّارِ إِلَّا حَصَائِدُ السِّنِّتِهِمْ.<sup>۱</sup>

وای بر تو! آیا مردم را جز دروشده‌های زبانشان به رو در آتش دوزخ می‌اندازد؟

بدزبانی که از هواها و انگیزه‌های متنوع نفسانی سرچشمه می‌گیرد، از صفات رذیله و اخلاق ناپسند در وجود انسان است و او را به گفتار بی‌فایده و بیجا و ارتکاب سخنان ناروا و حرام وادار می‌کند. بسیاری از جرایم و گناهان از زبان نشأت می‌گیرد؛ امیرمؤمنان علیه السلام فرمود: «بَلَاءُ الْإِنْسَانِ فِي لِسَانِهِ؛<sup>۲</sup> گرفتاری انسان در زبانش است.»

مرد می‌خواهد به همان شکلی که هست پذیرفته شود و بعد به تدریج گفتنی‌های خود را مطرح می‌سازد. اما وقتی مرد احساس کند زنش از او توقع صحبت دارد، ترجیح می‌دهد که سکوت کند و حرفی نزند. او حرفی برای گفتن ندارد و حتی اگر داشته باشد در برابر ابراز آن مقاومت می‌کند؛ زیرا توقع زنش را احساس می‌کند. در مقابل زن احساس می‌کند که حرف نزدن مرد دلیل بر عدم علاقه او به همسرش است و بنابراین زن احساس ناراحتی می‌کند.

۲-۱. شناخت ناکافی نسبت به اصول زندگی مشترک؛ برای ازدواج و زندگی مشترک موفق، کسب دانایی‌هایی لازم است و مانند هر امر دیگری باید مهارت‌های مربوط به آن را کسب کرد و در فرآیند زندگی مشترک به کاربرد. در برخی از خانواده‌ها به علت عدم آگاهی نسبت به اهداف و انگیزه‌های ازدواج، بی‌انصافی‌ها، پیش‌داوری‌ها، فریبکاری‌ها، عدم احساس مسئولیت و بی‌توجهی به اصول اخلاقی، بنیاد خانواده متزلزل می‌شود.

مهم‌ترین عاملی که موجب آسیب‌پذیری خانواده می‌شود، عدم شناخت و انحراف از هدف‌های ازدواج است. زن و شوهری که هدف‌های ازدواج و تشکیل خانواده را نشناخته‌اند یا فراموش کرده‌اند، در کدام مسیر حرکت می‌کنند؟ کدام روش و وسیله را برای نیل به هدف انتخاب می‌کنند؟ هنگامی که راجع به خانواده صحبت می‌شود، معمولاً زن‌ها و شوهرها به گونه‌ای برخورد می‌کنند که گویا همه چیز را درباره خانواده می‌دانند. هرکس به خود اجازه می‌دهد راجع به خانواده اظهار نظر کند و چون هرکس در خانواده رشد کرده، تصور می‌کند دانش و آگاهی لازم را دارد. در حالی که این طور نیست و برای ایفای نقش یک همسر موفق و توانا باید مهارت‌ها و آگاهی‌های لازم را کسب کرد.

از این رو توصیه می‌شود با شرکت در جلسه‌های آموزشی و مطالعه کتاب‌های مربوط به تعلیم و تربیت، روان‌شناسی و جامعه‌شناسی خانواده، آیین همسرمداری

۱. اصول کافی، ج ۳، ص ۱۷۷.

۲. شرح غررالحکم، ج ۳، ص ۲۶۱.



برخی از آثار منفی بدخلقی عبارت است از: ضایع شدن شخصیت انسانی، ایجاد ترس و اضطراب، زوال محبت.

۲-۳. بدگمانی (سوء ظن)؛ از دیگر آفات سعادت خانواده، بدگمانی زن و شوهر به یکدیگر است که آثار منفی بسیاری را به همراه دارد. شخص بدگمان دارای روحیه منفی‌بافی و بیمارگونه است. او از سلامت روحی و تعادل روانی برخوردار نبوده، به رفتار و گفتار دیگران با دیده تردید می‌نگرد.

انسانی که بر اثر روحیه بدبینی، به همسر خود اعتماد و اطمینان ندارد، از آرامش و صفای زندگی خانوادگی محروم خواهد بود. چنین افرادی در روابط اجتماعی نیز موفق نخواهند شد؛ چرا که در نتیجه بدگمانی به دیگران، دوستان خود را از دست داده، تنها خواهند ماند. امیرمؤمنان علیه السلام فرمود:

شَرُّ النَّاسِ مَنْ لَمْ يَتَّقِ بِأَحَدٍ لِسُوءِ ظَنِّهِ وَ لَمْ يَتَّقِ بِهِ أَحَدٌ لِسُوءِ فِعْلِهِ.<sup>۱</sup>

بدترین مردم کسی است که به علت بدگمانی به هیچ کس اعتماد ندارد و به جهت رفتار بدش، کسی به او اطمینان نمی‌کند.

برای از بین بردن صفت ناپسند بدگمانی، باید از عواملی که مایه بروز یا ایجاد بدبینی است، پرهیز کرد. رفتار مشکوک، قرار گرفتن در موضع تهمت و نیز همنشینی با بدگویان و افراد شرور، از جمله اسباب بدبینی است که باید در محیط زندگی به‌ویژه در کانون گرم خانواده از آنها دوری جست.<sup>۲</sup>

همسر بدبین به علت روحیه منفی‌بافی‌اش، سلامت زندگی خانوادگی را در معرض خطر قرار می‌دهد و آن را با عواقب زیانباری روبه‌رو می‌سازد که در نهایت ممکن است به نابودی کانون گرم خانواده منجر شود. از جمله آثار منفی بدگمانی می‌توان به برانگیختن بدیها، اختلافات خانوادگی اشاره کرد.

بخشی از اختلافات و درگیری‌های خانوادگی، و چه بسیار ناراحتی‌ها و طلاق‌ها برخاسته از سخن بد و نارواست. امیر مؤمنان علیه السلام فرمود: «رَبِّ فِتْنَةٍ اَثَارَهَا قَوْلٌ»<sup>۱</sup> بسا فتنه‌ای که سخنی آن را برانگیخته است.

بدزبانی هر یک از زن و شوهر در محیط زندگی خانوادگی، موجب کاهش محبت و رنجش خاطر و مایه سرزنش و ملامت دیگران است. حضرت علی علیه السلام فرمود: «مَنْ سَاءَ كَلَامُهُ كَثُرَ مَلَامُهُ»<sup>۲</sup> هر کس سخنش بد باشد، بیشتر سرزنش می‌شود.

علاوه بر آن، بیماری «بدزبانی» غضب الهی و آتش جهنم را به همراه خواهد داشت. امام صادق علیه السلام در این باره فرمود: «مَنْ خَافَ النَّاسَ لِسَانَهُ فَهُوَ فِي النَّارِ»<sup>۳</sup> کسی که مردم از زبان او بترسند، در آتش دوزخ خواهد بود.

بدزبانی در خانواده، به صورتهای گوناگونی ظاهر می‌شود؛ از جمله: سرزنش، ناسزاگویی، عیبجویی، نام زشت نهادن.

۲-۲. بدخلقی (تندخویی)؛ آدمی باید سعی کند تا اخلاق و سیرت درونی خود را همچون ظاهر خود، زیبا و پسندیده سازد. بدخلقی صفت ناپسندی است که زندگی انسان را تیره و تار می‌کند. ورود بدخلقی در محیط زندگی خانوادگی موجب عوارض منفی بی‌شماری می‌گردد که در قالب تندخویی، گرفتگی چهره، بی‌حوصلگی، اخم و بهانه‌گیری نمایان می‌شود. بد اخلاقی یکی از آفات ویرانگر زندگی خانوادگی است؛ چنان‌که حضرت علی علیه السلام فرمود: «مَنْ سَاءَ خُلُقُهُ مَلَأَ اهْلُهُ»<sup>۴</sup> هر کس بد اخلاق باشد، خانواده‌اش از او ناراحت و ملول می‌شود.

۱. همان، ج ۴، ص ۶۰.

۲. همان، ج ۵، ص ۳۰۶.

۳. اصول کافی (مترجم)، ج ۴، ص ۱۹.

۴. شرح غررالحکم، ج ۵، ص ۳۲۸.

۱. همان، ج ۴، ص ۱۷۸.

۲. ر.ک: بحارالانوار، ج ۷۴، ص ۱۸۷ و ۱۹۷.

### ۳. آسیب‌های فرهنگی

۳-۱. فضای سایبری؛ برای فضای سایبری ویژگی‌هایی از این دست می‌توان برشمرد:

۱. جهانی و فرامرزی بودن؛

۲. دستیابی آسان به آخرین اطلاعات؛

۳. جذابیت و تنوع؛

۴. آزادی اطلاعات و ارتباطات.

فضای سایبری آسیب‌های فرهنگی بسیاری را پیامد دارد؛ از جمله:

۱. کم‌رنگ شدن ارزش‌های متمدنی؛

۲. تضعیف فرهنگ‌های کم‌حضور در فضای سایبری؛

۳. تضعیف اعتقادات و گسترش شبهات فکری؛

۴. رواج سطحی‌نگری فکری؛

۵. ایجاد سردرگمی؛

۶. گسترش اباحه‌گری عملی؛

۷. گسترش محصولات فرهنگی فرهنگ‌های منحط (به‌ویژه فرهنگ غربی).

۳-۲. ماهواره؛ در این میان نباید از آسیب‌های ماهواره غافل شد. برخی از آسیب‌های آن عبارت است از:

۱. مسخ فرهنگ جامعه و دیکته الگوها و هنجارهای غربی؛

۲. القای شکاف میان مردم و حاکمیت، از طریق ارائه اخبار و اطلاعات ناروا

و تحریف اخبار و شایعه‌پراکنی، بزرگ‌نمایی نقاط ضعف و بی‌اهمیت جلوه دادن

نقاط قوت کشورهای مورد نظر، تلاش برای خلق هیجان‌ات‌کاذب و خلق

آرمان‌های عوام‌فریب؛

۳. تزلزل بنیان اخلاقی خانواده؛

۲-۴. بی‌تفاوتی؛ از جمله عوامل مؤثر در تأمین سعادت خانواده

مسئولیت‌پذیری متقابل همسران است. هر یک از زن و مرد باید بدانند که با قبول زندگی مشترک مسئولیت‌هایی برعهده آنان قرار می‌گیرد که پیش از تشکیل خانواده از آن آسوده بودند؛ این مسئولیت‌ها با توجه به اختیارات، توانایی‌ها و شرایط خاص هر یک از زن و شوهر برعهده آنان قرار می‌گیرد. به همین سبب است که رسول خدا ﷺ می‌فرماید:

الرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَكُلُّ رَاعٍ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى مَالِ زَوْجِهَا وَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُ<sup>۱</sup>

مرد نگهبان اهل‌بیت خود است، و هر نگهبانی در مورد آنچه که باید از آن نگهبانی کند، مسئول است، و زن نگهبان مال همسرش است و نسبت به آن مسئول می‌باشد.

این مسئولیت در جانب مرد از اهمیت خاصی برخوردار است؛ زیرا وی عهده‌دار سرپرستی خانواده است و در نتیجه در قبال تمام مسائل و مشکلات فکری، روحی، اخلاقی و اقتصادی همسر و فرزندان خود مسئول است و طفره رفتن و شانه خالی کردن از زیر بار این مسئولیت‌ها و بی‌تفاوتی نسبت به آنها آفت بزرگی برای زندگی خانوادگی محسوب می‌شود.

غفلت از شناخت مسئولیت‌های گوناگون خانوادگی، آثار زیانبار بسیاری به همراه داشته، در نهایت موجب پشیمانی و حسرت انسان خواهد شد. بدین جهت، ضرورت دارد که هر انسانی پیوسته درباره مسئولیت‌های خانوادگی خود بیندیشد و با شناخت کامل به انجام دقیق آنها همت گمارد.

۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۴۸؛ مجموعه ورام، ج ۱، ص ۶. و نیز در روایتی امیر مؤمنان علی (ع) می‌فرماید: هر مردی نسبت به زیردست و خانواده خود مسئول است. (شرح غررالحکم، ج ۴، ص ۶۳۳)

محمد حنفیه فرمود: «پسرم، از فقر بر تو بیمناکم. از آن به خدا پناه ببر که فقر کاستی در دین و پریشانی در فکر و عقل ایجاد می‌کند و سبب دشمنی و کینه است».<sup>۱</sup>

ب. انزوا: تنگدستی به طور طبیعی سبب می‌شود فرد از چشم جامعه ساقط شود و به گوشه‌تنباهی پناه برد. حضرت علی علیه السلام فرمود: «غنا در غربت، وطن است و فقر در وطن، غربت».<sup>۲</sup>

از سویی دیگر کم شدن روابط با دیگران و افزایش درجه احساس تنهایی، زمینه مساعدی برای ابتلا به بیماری‌های روانی است که در ظاهر پریشان و در مانده و بیمار نمود پیدا می‌کند.

ج. پرخاشگری: آنگاه که توان آدمی در کاهش دردهای خویش و خانواده و تأمین لوازم زندگی، به کار گرفته شده، روح و جسم فرسوده گردد، تعادل اخلاقی شخص و قدرت کنترل رفتار، دچار ضعف می‌شود؛ چنان‌که از ابوذر نقل شده است: «فردی که مایحتاج زندگی خود را در خانه ندارد، بسیار در معرض آن است که پرخاشگری خود را نه تنها متوجه افراد، بلکه در جهت تخریب کل نظام اجتماعی سوق دهد».<sup>۳</sup>

د. ضعف اخلاقی و نابهنجاری‌های اجتماعی: فقر، زمینه مساعدی است برای برخی صفات زشت اخلاقی، نظیر حسد می‌شود که نتیجه‌اش در جامعه به صورت نابهنجاری‌های اجتماعی بروز می‌کند. امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید: «کسی را که دنبال رزق و روزی خود می‌رود، نکوهش نکنید؛ زیرا کسی که امکانات زندگی ندارد، خطا و اشتباهاتش زیاد است».<sup>۴</sup>

۴. از بین بردن روحیه اعتماد به نفس و ایجاد باورهای نیهیلیستی و پوچ‌انگارانه میان جوانان؛

۵. گسترش فرهنگ مصرف و عدم تمایل به اقدامات خلاقانه و...  
به منظور پیشگیری از گسترش ماهواره‌ها و جلوگیری از تبعات ویرانگر آن، راهکارهایی ارائه می‌شود:

۱. پر کردن اوقات فراغت خانواده‌ها و به‌ویژه جوانان، از طریق رسانه‌های ملی و صدا و سیما و کاهش حجم خلأ برنامه‌های رسانه‌های داخلی؛

۲. اطلاع‌رسانی و آگاه‌سازی عموم مردم و به‌ویژه والدین و جوانان از آسیب‌های ناشی از ماهواره؛

۳. فراهم ساختن زمینه‌های فنی لازم جهت استفاده از برنامه‌های مطلوب و سالم ماهواره‌ای؛

۴. هم‌اندیشی، برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری در جهت ترویج فرهنگ مقابله با خطرات استفاده از ماهواره.

## ۴. آسیب‌های اقتصادی

۴-۱. فقر؛ فقر آثار و پیامدهای گوناگون جسمی، فرهنگی اجتماعی و روانی دارد؛ از جمله:

الف. فقر فرهنگی: کسی که از جهت مادی فقیر است، فکرش آن‌قدر مشغول تأمین نیازهای اولیه زندگی است که کمتر مجال و فرصتی برای برآوردن نیازهای فرهنگی و تربیتی خود و خانواده‌اش می‌یابد. اگر هم فرصتی برای این کار پیش بیاید، زمینه‌ها و امکانات آن برایش فراهم نیست. در نتیجه، بسیاری از مواهب و استعدادهای خدادادی وی به فعلیت نمی‌رسند و بهره‌برداری درستی از آنها صورت نمی‌گیرد. امیرالمؤمنین علیه السلام به فرزندش

۱. نهج البلاغه، ح ۳۱۹.

۲. نهج البلاغه، حدیث ۳، ص ۱۰۸۹.

۳. یوسف قرضاوی، مشکله الفقر وكيف عالجه الاسلام، ص ۱۸.

۴. بحار الانوار، ج ۷۲، ص ۴۷.

۵. **ضعف اعتقاد و دینداری:** شاید مهم‌ترین پیامد منفی فقر از دیدگاه دین آن باشد که فقر بستر مناسبی برای کفر و بی‌دینی و ضعف اعتقادی است. در روایت مشهوری از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و نیز از امام صادق علیه السلام نقل شده است: «کاد الفقر ان یكون کفرًا»<sup>۱</sup> فقر به مرز کفر نزدیک است.

۴-۲. **تجمل‌گرایی و اسراف:** فرهنگ اسراف و تبذیر و تجمل‌گرایی پایه‌های زندگی بسیاری از خانواده‌ها را در جامعه مای لرزاند و از آنجا که بسیاری از آنچه مصداق بارز اسراف و تبذیر به حساب می‌آید، صورت نوعی ضرورت زندگی و استفاده معمولی از مواهب طبیعی را به خود گرفته، بیم آن می‌رود که افراد برای به دست آوردن این «ضرورت» و رسیدن به این «مواهب طبیعی» انجام دادن هر کار و چیدن هر تمهیدی را مباح بدانند. در همین نقطه است که اسراف و تبذیر شکل یک فرهنگ پذیرفته شده به خود می‌گیرد.

از سوی دیگر، اسراف و تجمل‌گرایی تنها به عنوان یک نقیصه اجتماعی مطرح نیست، تا گفته شود هرگاه سطح رفاه عموم مردم به نقطه مطلوبی رسید، اسراف و تجمل‌گرایی و تبذیر و ولخرجی مجاز است بلکه این مهم به عنوان یکی از گناهان کبیره در ضمن مباحث اخلاقی و در حقیقت در قالب یکی از عواملی که انسان را از رسیدن به تکامل معنوی باز می‌دارد، مطرح است. نگرش به اسراف از این زاویه، اهمیت مطلب را دوچندان می‌کند.

«اسراف» به معنای تجاوز از حد، و زیاده‌روی کردن است و آن یا از جهت کیفیت است که صرف کردن مال است در موردی که سزاوار نیست یا از جهت کمیت است و آن صرف کردن مال است در موردی که سزاوار است ولی بیشتر از آنچه شایسته است. بعضی، صرف مال را در موردی که سزاوار نیست، «تبذیر» گفته‌اند و صرف مال را در زیادتر از آنچه سزاوار است، اسراف دانسته‌اند.<sup>۲</sup>

۱. همان، ص ۲۹-۳۰.

۲. گناهان کبیره، ج ۲، ص ۱۰۳.

اسراف و تبذیر در آیات قرآن و روایات ائمه علیهم السلام مذمت و نکوهش شده است؛ چنان‌که در قرآن آمده است: «بخورید و بیاشامید، ولی از حد نگذرانید. به درستی که خداوند اسراف‌کنندگان (تجاوزکنندگان از حد) را دوست نمی‌دارد.»<sup>۱</sup> هم‌چنین قرآن به اسراف‌کنندگان و شک‌کنندگان، وعده عقوبت و عذاب داده،<sup>۲</sup> در آیه‌ای دیگر در یک تشبیه زیبا و هشداردهنده اسراف‌کنندگان را برادران شیطان خوانده است.<sup>۳</sup>

در روایات صادره از معصومین علیهم السلام نیز اسراف و تبذیر نکوهش شده است. آنچه می‌تواند اسراف و تبذیر و تجمل‌گرایی را ابتدا از قلب افراد و سپس از دیواره فرهنگ اجتماع بزدايد، ترویج روحیه «قناعت» و «زندگی در مسیر اقتصاد و میانه‌روی» است. این مهم، می‌طلبد که از یک سو متاع ارزشمند قناعت در بازار دل‌ها رونق گیرد، سپس در قالب یک فرهنگ اجتماعی به عنوان دارویی که بیماری اسراف را ریشه کن می‌کند، به تولید انبوه برسد.

علی علیه السلام می‌فرماید: «قناعت مالی است که تمام نمی‌شود».<sup>۴</sup> هم‌چنین از آن بزرگوار نقل شده است: «به آنچه خداوند به تو داده است قناعت کن، تا حسابت در روز قیامت آسان گردد».<sup>۵</sup>

نیز امام صادق علیه السلام فرمود: «در توانمندی به آن کسی بنگر که از تو پایین‌تر است، نه آن‌کس که از تو برتر است؛ چرا که این کار بیشتر تو را به قناعت وامی‌دارد».<sup>۶</sup>

۱. اعراف (۷)، آیه ۲۹.

۲. مؤمن (۴۰) آیه ۳۴.

۳. اسراء (۱۷)، آیه ۲۷.

۴. همان ج ۶۸، ص ۳۴۴.

۵. همان، ج ۷۷، ص ۱۸۷.

۶. فروع کافی، ج ۸، ص ۲۴۴.

اساتید محترم جهت مطالعه بیشتر به کتاب‌های ذیل مراجعه نمایند:

ردیف	نام کتاب	موضوع	نویسنده	انتشارات
۱	خانواده موفق و ۱۲۰ اصل همسرمداری و تربیت	ارتباط همسران	—	قدر ولایت
۲	شیوه همسرمداری در خانواده نمونه	شیوه همسرمداری	آیت‌الله مکارم شیرازی	قدس
۳	آیین همسرمداری	ارتباط همسران	آیت‌الله امینی	اسلامی
۴	ازدواج آسان و شیوه همسرمداری	ارتباط همسران	محمد محمدی اشتهاردی	نبوی
۵	خانواده در اسلام	مسائل عمومی خانواده	آیت‌الله حسین مطهری	شفق
۶	ازدواج و حقوق و وظایف متقابل زوجین	مسائل تخصصی	زهره پزنده	سازمان تبلیغات
۷	ازدواج و آداب معاشرت زوجین	مسائل تخصصی	سید حمزه موسوی	میقات
۸	آسیب‌شناسی خانواده	آسیب‌های خانواده	غلامرضا وبسی	زمزم هدایت
۹	حقوق متقابل اعضای خانواده	حقوق خانواده	سید حسن اسعدی	اولیا و مربیان
۱۰	آسیب‌شناسی خانواده	آسیب‌های خانواده	ستوده و بهادری	ندای آریانا
۱۱	خانواده نمونه در اسلام	مسائل عمومی و اسلامی	دکتر علی قائمی	انجمن اولیا و مربیان
۱۲	احکام روابط زن و مرد	احکام	محمد نصیری	زمزم هدایت
۱۳	ازدواج و روش زن‌داری در اسلام	مسائل عمومی و تخصصی خانواده	رضا پاک‌نژاد	اقتصاد
۱۴	چهل حدیث (حقوق زن و مرد)	مسائل عمومی و تخصصی	مرتضی نظری	سازمان تبلیغات
۱۵	فقه خانواده	احکام	علی اصغر الهامی‌نیا	زمزم هدایت
۱۶	اخلاق در خانواده - ج ۱ و ۲	مسائل عمومی	فاخری و منتظری	زمزم هدایت
۱۷	مدیریت در خانه و خانواده	مسائل عمومی	نعمت‌الله یوسفیان	زمزم هدایت
۱۸	آسیب‌شناسی ازدواج و خانواده	مسائل بین همسران	احمد به‌پژوه	پیوند

امام کاظم علیه السلام می‌فرماید: کسی که میانه‌روی و قناعت ورزد، نعمتش باقی می‌ماند و کسی که تبذیر و اسراف کند نعمتش زوال می‌پذیرد.<sup>۱</sup>

و در نهایت مرحوم نراقی چنین می‌نویسد: «منظور از حد وسطی که تجاوز از آن اسراف شمرده می‌شود، چیزی است که در نظر عرف، متوسط نامیده می‌شود؛ زیرا مرجع برای شناخت مفاهیم لغوی، مصادیق عرفی آنهاست... و اعتدال و حد وسط در نظر عرف، مصرفی است که به اندازه نیاز و متناسب حال انسان باشد و هر مصرفی که این‌گونه نباشد، اسراف به حساب می‌آید؛ چه از اساس، مصرفی صورت نگیرد، بلکه مال تضييع و اتلاف گردد و چه مصرف صورت بگیرد، ولی مورد نیاز و متناسب با شأن او نباشد».<sup>۲</sup>

اعتدال در مصرف، از اصول مسلم اسلامی است که انسانها را به سر منزل سعادت می‌رساند و در نظر اسلام، همسر نمونه کسی است که از این الگو در زندگی پیروی کند. مقام معظم رهبری می‌فرماید:

مصرف باید در حد لازم باشد نه در حد اسراف. خانمهایی... که همسرانشان یا خودشان مسئولیت‌هایی در بخشهای مختلف کشور دارند، باید از لحاظ دوری از اسراف نسبت به دیگران الگو باشند. باید برای دیگران درس باشند... اسراف، الگوی زن مسلمان نیست.<sup>۳</sup>

زیاده‌روی در خوراک و پوشاک، مواد دارویی، مصرف بی‌رویه آب و برق، گاز و تلفن، تهیه انواع کالاهای غیر ضرور و تشریفاتی و لوازم لوکس و تجملاتی و دیگر ریخت‌وپاشها که در زندگی بعضی افراد دیده می‌شود، همه از مصادیق اسراف و حرام است.

۱. تحف العقول، ص ۴۰۳.

۲. عوائد الایام، ملا احمد نراقی، ص ۲۲۱.

۳. سخنان مقام معظم رهبری، ۲۵ / ۹ / ۷۱.

ردیف	نام کتاب	موضوع	نویسنده	انتشارات
۱۹	آسیب شناسی خانواده از دیدگاه قرآن و سنت	مسائل عمومی	ریحانه سادات هاشمی	خرم آذین
۲۰	حقوق زن و شوهر از دیدگاه قرآن	روابط زن و شوهر	محمد رضا نیک خواه	
۲۱	اشتهای دینی فرزندان را تقویت کنید	تربیت دینی	محمد رضا نیک خواه	اولیا و مریبان
۲۲	نقش مادران در تربیت دینی	تربیت دینی	محمد احسانی	پژوهش های صدا و سیما

بخش دوم

مشاوره خانواده ۲

---

درس اول:

## الگوی خانواده موفق

اسلام دینی است اجتماعی، و برای زیبا شدن حیات اجتماعی انسانها برنامه‌های ویژه‌ای دارد؛ بر این اساس به خانواده که کوچک‌ترین نهاد اجتماعی و نماد اولیه حیات اجتماعی بشر است، اهمیت و ارزش بسیاری داده است و سعی کرده برای حیات اجتماعی بشر الگوهایي ارائه دهد تا جوامع بشری حیات اجتماعی خود را بر اساس الگو و ایده‌آل اسلام تطبیق نمایند.

الگوی خانواده موفق در اسلام زندگی فاطمه و علی علیه السلام است، آن دو بزرگوار، پایه زندگی مشترک را چنان نهادند که در آن معنویت در اوج و صفا و صمیمیت در نهایت بود و رشد و تعالی و آرامش سکینه به برکت ذکر خدا در خانواده آنان حکمفرما بود. امیر مؤمنان علیه السلام و فاطمه زهرا علیه السلام در پرتو تربیت دینی توانستند فرزندانی تربیت نمایند که جهان نمونه‌های آنان را به خود ندیده است. نگاه آنان به زندگی مشترک با نگاه انسان‌های معمولی به کلی متفاوت بود؛ ژرف‌نگری، فهم دینی کامل، و نگاهی عمیق به زندگی، سطح والایی از معارف را در کانون خانواده این دو بزرگوار جاری ساخت به گونه‌ای که از کلبه محقر ایشان، یگانه‌ای چون حسن علیه السلام، بزرگمردی چون حسین علیه السلام و شیرزنی چون زینب کبری علیه السلام، چراغ‌های راه بشریت شده‌اند.

اهمیت پوییدن راه‌های کسب روزی حلال به جای پیروی از ترفندهای نامشروع، به حدی است که امام صادق (ع) به یکی از اصحاب خود به نام «مصادف» می‌فرماید:

مَجَالِدَةُ السَّيْفِ أَهْوَنُ مِنْ طَلَبِ الْحَلَالِ.<sup>۱</sup>

شمشیرزدن و جنگیدن آسان‌تر از به دست آوردن روزی حلال است.

و نیز در روایت است:

الشَّائِخُ فِي طَلَبِ الرِّزْقِ الْحَلَالِ كَالْمُجَاهِدِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ.<sup>۲</sup>

کسی که در طلب رزق از شهری به شهری رود، مانند کسی است که در راه خدا جهاد کند.

و پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید:

الْعِبَادَةُ سَبْعُونَ جُزْءًا أَفْضَلُهَا طَلَبُ الْحَلَالِ.<sup>۳</sup>

عبادت هفتاد قسمت دارد که مهم‌ترین آن طلب روزی حلال است.

مفهوم روایت این است که عبادت منحصر در اذکار الهی نیست بلکه اگر پدر و مادر سعی نمایند درآمد حلال بر سر سفره خود بگذارند این، خود یکی از مهم‌ترین عبادات شمرده می‌شود؛ چراکه درآمد حلال با جسم و جان اعضای خانواده کار دارد و لازمه انجام عبادات دیگر داشتن قدرت و قوت است و آن با تغذیه به وجود می‌آید ولی اگر درآمدها از راه غیرمشروع به دست آید، توفیق انجام عبادات دیگر از انسان سلب می‌شود.

پس پدر و مادر باید تلاش نمایند که روزی و درآمد حلال برای خانواده فراهم کنند. افزون بر این، باید سعی نمایند که روح معنویت و تقوا در خانواده حاکم شود و این، امکان‌پذیر نخواهد بود مگر اینکه خود پدر و مادر عبادات

وقتی پیامبر (ص) فردای شب عروسی از داماد خود علی (ع) پرسید: «كَيْفَ وَجَدْتَ أَهْلَكَ؟» همسرت را چگونه یافتی؟» علی (ع) پاسخ داد: «نِعْمَ الْعَوْنُ عَلَى طَاعَةِ اللَّهِ؛ بهترین یار و یاور برای اطاعت و بندگی خدا.» و آنگاه که از فاطمه (ع) پرسید شوهرت چگونه است، پاسخ داد: «خَيْرُ بَعْلٍ؛ بهترین شوهر است.»<sup>۱</sup>

وقتی نگاه به زندگی مشترک چنین باشد و شوهر و همسر زندگی مشترک را مسیری جهت تقرب به خداوند بدانند، آرامش و سکینه بر اثر انس با خدا و قرآن در خانه دلشان و در کلبه زندگی حکمفرما است، فرزندان در سایه این آرامش و سکینه با تعالیم الهی آشنا می‌گردند، و مقدمات رشد و تعالی همه به سوی خداوند فراهم می‌شود؛ زیرا هدف از حیات انسانی، رسیدن به کمال (قرب الهی) است و تشکیل خانواده، ابزاری برای رسیدن به این کمال می‌باشد.

در حقیقت کاری که فرد مسلمان در خانواده باید انجام دهد، حرکت جمعی به سوی این کمال است و این آرمان در خانواده حضرت علی (ع) و فاطمه (ع) تجلی یافت. بر این اساس خانواده موفق و الگو در نظر اسلام دارای ویژگی‌هایی است که برخی از آنها به شمارش درمی‌آید:

## ۱. رعایت احکام

پیشوایان معصوم (ع) با گفتار، عمل و تشویق، همواره پیروان خود را به تلاش برای روزی حلال سوق داده و حلال بودن را ویژگی لازم و دائمی درآمدها دانسته‌اند. از این رو باید در آگاهی از احکام فقهی معاملات کوشید؛ هر قدر دامنه «درآمدهای حلال»، به صورت گسترده‌تری شناسایی شود و مورد استفاده سطوح مختلف جامعه با توانایی‌ها، سلیقه‌ها، تخصص‌ها، و امکانات بومی مختلف قرار گیرد، به طور طبیعی نظام مالی و اقتصادی سالمی بر جامعه حاکم خواهد شد و راه‌های نامشروع کسب درآمد از بین رفته، یا به حداقل می‌رسند.

۱. بحارالانوار، ج ۴۲، ص ۱۱۷.

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۲، ص ۳۱۱.

۲. مستدرک، ج ۱۳، ص ۱۲.

۳. وسائل الشیعه، ج ۱۲، ص ۱۱.



اگر لباس موجب پوشش عیوب ظاهری بدن یا حفظ از سرما و گرما و احساس آرامش و امنیت یا زیبایی و کمال است، همسران نیز یکدیگر را از فساد و تباهی و انحراف جنسی حفظ می‌کنند و در کنار هم به آرامش و کمال دست می‌یابند. امام رضا علیه السلام با تصریح به این نکته که زنان مایه آرامش شوهران هستند، فرمود:

مِنْ السُّنَّةِ التَّزْوِجُ بِاللَّيْلِ؛ لِأَنَّ اللَّهَ «جَعَلَ اللَّيْلَ سَكَنًا وَالنَّسَاءَ أَمَّا هُنَّ سَكَنٌ»<sup>۱</sup>

از سنت‌های اسلام، برگزاری مراسم ازدواج در شب است؛ زیرا خداوند شب را مایه آرامش قرار داده، و زن‌ها نیز مایه آرامش [شوهران] هستند.

### ۳. تفاهم و سازگاری

نظام خانواده نیز بسان هر نظام اجتماعی دیگر در روند حیات خود حالات گوناگونی دارد. اگر خانواده، از هماهنگی، انسجام، وفاق و تفاهم دو طرف زن و شوهر برخوردار باشد، قطعاً زمینه زندگی سالم خانوادگی را فراهم می‌کند، اما اگر انسجام و هماهنگی نداشته باشد، دچار اختلال کارکردی شده، پایه و اساس آن فرومی‌ریزد. خانواده نمونه در پرتو ایمان به خداوند تعالی و اعتقاد به اینکه زن و شوهر باید مکمل هم باشند، در نهایت صلح و صفا در محیط خانه شکل می‌گیرد تا ثمره آن، فرزندان باشد که در کانون آن به رشد و تعالی برسند. هماهنگی زوج در مسائل تربیتی و اخلاقی علاوه بر القای روحیه تفاهم و همکاری در بین فرزندان باعث می‌شود وحدت رویه در مسایل بین پدر و مادر باشد و این خود، نقش مؤثری در تربیت آنان دارد.

### ۴. مودت و رحمت

انس و محبت از نیازهای ابتدایی و ضروری کانون خانواده است و زندگی بدون آن دچار نابسامانی‌های فراوان می‌شود. انس زن و شوهر نسبت به یکدیگر، جز

شرعی و محرمات را در خانواده رعایت نمایند. فرزند کسی نمازخوان و مقید به امور دینی نخواهد شد مگر اینکه عملاً پدر و مادر خود عامل به مسئله باشند و سعی نمایند در مناسبت‌های مختلف زمینه‌های یادگیری مسائل شرعی را برای فرزندان مهیا نمایند. پرداخت واجبات مالی توسط والدین خود درسی است عملی برای آموختن به فرزندان که آنان در آینده واجبات مالی خود را در صورت داشتن درآمد پرداخت نمایند.

### ۲. محیط آرام و با نشاط

آفرینش انسان به گونه‌ای است که برای رسیدن به آرامش روحی، نیاز به ازدواج و تشکیل خانواده دارد. زندگی زناشویی به علت ایجاد محبت، همدلی و همدردی، بسیاری از نیازهای روحی انسان را تأمین می‌کند و انسان در سایه تأمین این نیازها است که به آرامش روحی می‌رسد.

قرآن کریم تصریح می‌کند که یکی از ثمرات ازدواج و اهداف بلند آن، تسکین خاطر و آرامش روحی است که در پرتو دوستی و محبتی که خداوند در دل زن و شوهر قرار داده است، به دست می‌آید:

وَمِنْ آيَاتِهِ اِنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِيَتَسَكَّنُوا اِلَيْهَا وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً اِنَّ فِيْ ذٰلِكَ لَايَاتٍ لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُوْنَ. (روم: ۲۱)

و از نشانه‌های اوست که همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید و میان شما دوستی و مهربانی قرار داد؛ همانا در این کار، نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند.

در جای دیگر با بیان کنایه‌ای جالب، همسران را برای یکدیگر به عنوان لباس و پوشش معرفی می‌کند:

هُنَّ لِبَاسٌ لَّكُمْ وَ اَنْتُمْ لِبَاسٌ لَّهُنَّ. (بقره: ۱۸۷)

زنان، لباس همسران، و شما لباس آنها هستید.

۱. فروع کافی، محمدبن یعقوب کلینی، ج ۵، ص ۳۶۶.

در پرتو خوش اخلاقی و نیک رفتاری حاصل نمی شود. هر کس که دوستدار محبت و خواهان نفوذ در دل دیگران است، هیچ راهی بهتر از خوش اخلاقی، نخواهد داشت. امیر مؤمنان (ع) فرمود:

عَلَيْكَ بِحُسْنِ الْخُلُقِ فَإِنَّهُ يُكْسِبُكَ الْحَبَّةَ<sup>۱</sup>.

خوش خلق باش که برایت محبت جلب می کند.

انسان خوش اخلاق همواره با زبانی نرم با دیگران سخن می گوید، بدین جهت آنان را تحت تأثیر قرار داده، محبتشان را به خود جلب می کند. همان حضرت فرمود:

بِلِينِ الْجَانِبِ تَأْنِسُ النَّفْسُ<sup>۲</sup>.

بر اثر نرمخویی، دیگران با انسان مأنوس می شوند.

کسی که همواره با همسرش بداخلاقی و بد رفتاری می کند و با زبانی تند و خشن با او سخن می گوید، نباید انتظار داشته باشد که همسرش با او مأنوس شده، نسبت به او عواطف و احساسات دوستانه ای ابراز کند. بداخلاقی و خشونت، ارمغانی جز دوری همسران از یکدیگر و سرکوبی عواطف محبت آمیز آنها ندارد. تنها در پرتو خوش اخلاقی با همسر است که می توان انس و محبت را در محیط خانواده به وجود آورده، رشته دوستی را محکم نمود.

## ۵. توجه به رشد و تعالی اعضای خانواده

پدر و مادر وقتی بر اثر صلح و صفا و محبت و خوش اخلاقی توانستند محیط خانه را گرم سازند، در مرحله بعد به فکر رشد و تعالی فرزندان می افتند و فرزندان را به اخلاق کریمه و چگونگی ارتباط با دیگران آشنا می سازند. پیامبر گرامی (ص) در این رابطه می فرماید:

اَكْرِمُوا أَوْلَادَكُمْ وَ أَحْسِنُوا آدَابَهُمْ<sup>۱</sup>.

به فرزندانان احترام بگذارید و آداب خوب و نیکو به آنان بیاموزید.

و امام علی (ع) می فرماید:

وَ إِنْ خَيْرَ مَا وَرَثُوا الْآبَاءَ لِلْأَبْنَاءِ الْآدَبُ<sup>۲</sup>.

بهترین چیزی که پدران برای فرزندان به ارث می گذارند، ادب است.

در کنار احترام پدران و مادران به فرزندان و میدان دادن آنها، زمینه رشد و تعالی اجتماعی آنان فراهم می گردد. پدر و مادر با انجام عبادات در خانه و سایر مسایل مذهبی باید زمینه آشنایی آنان را به دین و احکام دینی فراهم سازند تا فرزندان ضمن رشد تدریجی در منزل به رشد تدریجی در تعلیم دینی هم برسند و این در خانواده موفق در صورت تدریجی بودن خود را بهتر نشان می دهد.

افزون بر این، انجام فرایض دینی در اجتماعات بیرون از منزل به تدریج زمینه یادگیری فرزندان را فراهم می نماید و شرکت دادن فرزندان در مراسم دینی مساجد و نمازهای جمعه و عزاداری سیدالشهدا، آنان را به این مسائل واقف می سازد و در نهایت شناخت مسائل دینی را برای آنان تسهیل می کند.

## ۶. مسئولیت پذیری

از جمله عوامل مؤثر در تأمین سعادت خانواده، مسئولیت پذیری متقابل همسران است. هر یک از زن و مرد باید بدانند که با قبول زندگی مشترک، مسئولیت هایی برعهده آنان قرار می گیرد که پیش از تشکیل خانواده از آن آسوده بودند. این مسئولیت ها با توجه به اختیارات، توانایی ها و شرایط خاص هر یک از زن و شوهر تقسیم شده است.

۱. کنز العمال، ج ۱۶، ص ۴۵۶.

۲. شرح غررالحکم، ج ۳، ص ۴۳۸.

۱. شرح غررالحکم، ج ۴، ص ۲۸۸.

۲. همان، ج ۳، ص ۲۱۷.

رسول خدا ﷺ می فرماید:

الرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ، وَكُلُّ رَاعٍ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى مَالِ زَوْجِهَا وَ مَسْئُولَةٌ عَنْهُ.<sup>۱</sup>

مرد نگهبان اهل بیت خود است، و هر نگهبانی در مورد آنچه که باید از آن عهده‌دار سرپرستی خانواده است و در نتیجه در برابر همه مسائل و مشکلات فکری، روحی، اخلاقی و اقتصادی همسر و فرزندان خود مسئول است و طفره رفتن و شانه خالی کردن از زیر بار این مسئولیت‌ها و بی تفاوتی نسبت به آنها آفت بزرگی برای زندگی خانوادگی به حساب می آید.

این مسئولیت در جانب مرد از اهمیت خاصی برخوردار است؛ زیرا وی عهده‌دار سرپرستی خانواده است و در نتیجه در برابر همه مسائل و مشکلات فکری، روحی، اخلاقی و اقتصادی همسر و فرزندان خود مسئول است و طفره رفتن و شانه خالی کردن از زیر بار این مسئولیت‌ها و بی تفاوتی نسبت به آنها آفت بزرگی برای زندگی خانوادگی به حساب می آید. غفلت از شناخت مسئولیت‌های گوناگون خانوادگی، آثار زیانبار بسیاری در پی دارد و در نهایت، موجب پشیمانی و حسرت انسان خواهد شد. بدین جهت، ضرورت دارد که هر انسان پیوسته درباره مسئولیت‌های خانوادگی خود بیندیشد و با شناخت کامل به انجام دقیق آنها همت گمارد.

بعضی از نمودهای مسئولیت پذیری زن و شوهر در زندگی خانوادگی عبارت است از: تأمین هزینه زندگی، مدیریت خانواده، همسر داری و تربیت اولاد. ویژگی اخلاقی مسئولیت پذیری دارای آثار فراوانی است که گستره آن بیشتر مسائل زندگی را در بر می گیرد؛ از جمله استحکام پیوند خانوادگی و آسایش روحی.

درس دوم:

## روش‌های تربیت دینی فرزند

تربیت عبارت است از «فراهم کردن زمینه‌ها و عوامل برای به فعلیت رساندن و شکوفا کردن استعداد های انسان در جهت مطلوب».<sup>۱</sup>

مفهوم «تربیت دینی» در پیوند با سه محور شناخت، ایمان و عمل قابل تحقق است. بنابراین، می توان گفت: تربیت دینی فرآیندی است که از طریق اعطای بینش، التزام قلبی و عملی به فرد، هماهنگ با فطرت و به دور از جبر و فشار، به منظور نیل به سعادت دنیوی و اخروی انجام می گیرد.

با اندکی تفکر روشن می شود که سعادت انسان در گرو تربیت دینی است. تربیت دینی می تواند ارتباط آفریده با آفریدگار را مستحکم تر کند و او را به پذیرش تعهد و قبول مسئولیت وادارد.

در اهمیت تربیت دینی همین بس که انگیزه بعثت انبیا در اصل بر همین هدف استوار است و قرآن کریم که کتاب هدایت و انسان سازی است در پاره‌ای از آیات به صراحت به اهمیت تربیت دینی فرزندان توجه داده، می فرماید:

۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۴۸.

۱. تعلیم و تربیت اسلامی، تربیت معلم، ص ۴.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ. (تحریم: ۶)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خودتان و کسانتان را از آتشی که سوخت آن، مردم و سنگها است، حفظ کنید.

اولیای گرامی اسلام نیز بر تربیت به طور عام و تربیت دینی فرزندان تأکید داشته‌اند؛ برای نمونه توصیه شده است که فرزندان را با سه ویژگی تربیت کنید: دوستی پیامبران، دوستی اهل بیت او و قرائت قرآن.<sup>۱</sup>

دوران تربیت فرزندان را می‌توان به دوره‌های زیر تقسیم کرده، هر یک را از نگاه متون دینی مورد بررسی و واکاوی قرار داد:

### الف - پیش از تولد [زمینه‌سازی برای داشتن فرزند]

آنچه در شکل‌گیری شخصیت انسان مؤثر است، خیلی پیش‌تر از مدرسه و جامعه آغاز می‌شود و به مسئله تغذیه، شیر مادر، روحیات والدین، شرایط ایام بارداری، انعقاد نطفه و مانند آن هم مربوط است و موضوع وراثت نیز، در جای خود مهم است. اهل معرفت و انسانهای دقیق و ارزشی، در به وجود آوردن نسلی پاک، نجیب، با ایمان و اهل صلاح و فلاح، به این نکات و ریزه کاری‌ها توجه ویژه دارند.

در زندگی‌نامه بسیاری از بزرگان دین یا شهیدان اسلام می‌خوانیم و می‌شنویم که مادرانشان در ایام بارداری و شیر دادن، مواظب حالات روحی خود، بوده‌اند؛ با وضو به آنها شیر می‌دادند، غذای حلال می‌خوردند و در هر مجلسی شرکت نمی‌کردند. اینکه مادر در ایام بارداری یا هنگام شیر دادن، چه صداهایی بشنود، چه تصاویری را ببیند، در چه جلساتی شرکت کند و با چه کسانی معاشرت داشته باشد، در تکوین شخصیت معنوی فرزند تأثیری شگرف دارد؛ برای نمونه برخی

مؤمنان از طعام روضه‌خانه‌ها، تکایا و هیئت‌های حسینی به قصد تبرک استفاده می‌کنند. این ایمانها و عقیده‌ها به نوزاد هم منتقل می‌شود.<sup>۱</sup>

یکی دیگر از مراقبت‌های دوران پیش از تولد که تأثیر عمیقی در تربیت دینی فرزندان دارد، ذکر خدا و دعا و نیایش و انس با قرآن و درخواست فرزند صالح از خداوند است. طلب فرزند صالح و نیکوکار، طلب خیر برای خویش است. فرزندی نور چشم پدر و مادر و عصای پیری والدین خواهد بود که خدا باور و خیرخواه باشد، در احسان به پدر و مادر در رتبه دوم و پس از عبادت پروردگار، بکوشد، در آینده باقی خویش اندیشه کند و در یک کلام صالح باشد. البته در کنار چنین دعایی، سلامت جسمی و روحی فرزند نیز تدارک دیده شده است. از علی علیه السلام روایت شده است که فرمود:

من از خدای خود فرزندانی زیباروی و خوش قامت نطلبیدم، بلکه از پروردگارم خواستم فرزندانی به من عطا کند که مطیع خدا و خائف از او باشند، تا هرگاه به آنان می‌نگرم که مطیع خدایند، چشمانم روشن گردد.<sup>۲</sup> و نیز امام سجاد علیه السلام نیز در دعای مخصوص فرزندان، از خداوند فرزندانی متدین و با معنویت درخواست کرده است:

وَأَجْعَلُهُمْ إِبْرَارًا أَتْقِيَاءَ بُصْرَاءَ سَامِعِينَ مُطِيعِينَ لَكَ وَ لَاؤِلِيَّائِكَ مُحِبِّينَ مُنَاصِحِينَ وَ لَجَمِيعِ اَعْدَائِكَ مُعَانِدِينَ وَ مُبْغِضِينَ.<sup>۳</sup>

آنان را افرادی نیکوکار، متقی و پرهیزکار، بینایان و شنوایان راه حق و مطیع راه خویش، دوست‌دار و خیرخواه اولیاییت و دشمن و کینه‌توز نسبت به دشمنانت قرار ده.

۱. عشق برتر، راههای ایجاد محبت اهل بیت: در کودکان و نوجوانان، جواد محدثی، ص ۲۳ - ۲۴. (با اندکی تغییر)

۲. بحارالانوار، ج ۱۰۱، ص ۹۸.

۳. صحیفه سجاده، دعای ۲۵.

۱. میزان الحکمة، ج ۱۰، ص ۷۲۱.

به نام شما و پدران‌تان نامگذاری می‌کنیم. آیا این عمل برای ما در پیشگاه الهی اجر و بهره‌ای دارد؟ حضرت فرمود: بلی، به خدا قسم [این عمل]، نفع معنوی دارد.<sup>۱</sup>

۲. **تغذیه حلال**؛ تأثیر غذا بر رفتار و تربیت دینی و اخلاقی انسان، جای انکار نیست. از این رو، دین اسلام برای جلوگیری از پیامدهای ناگوار آن درباره تغذیه مادران و فرزندان، توصیه‌های فراوانی دارد که اگر به خوبی اجرا شود، از بروز بسیاری از مشکلات تربیتی پیشگیری خواهد شد.

امروزه بسیاری از ناهنجاری‌های فردی و اجتماعی بر اثر غذاهایی است که به گونه‌ای از راه حرام به دست آمده است و در خانواده‌ها به مصرف می‌رسد. کودکانی که با غذای حرام تغذیه می‌شوند و دوره حساس کودکی را به همین صورت سپری می‌کنند، فطرت دینی خود را از دست می‌دهند. از این رو در روایات وارد شده است:

- **بی‌برکتی مال حرام**؛ «إِنَّ الْحَرَامَ لَا يَنْمَى وَ إِنَّمَى لَا يُبَارَكُ لَهُ فِيهِ؛ مال حرام رشد نمی‌کند و زیاد نمی‌شود و اگر هم رشد کند، برکت نخواهد داشت.»<sup>۲</sup>

- **لقمه حرام مانعی در تأثیرپذیری از کلام امام معصوم**؛ امام حسین پیش از ظهر عاشورا در کربلا صحبت‌های زیادی کرد ولی هیچ‌کدام اثر نمی‌کرد. در آخر حضرت فرمود: «فَقَدْ مُلِثْتُ بِطُؤْنِكُمْ مِنَ الْحَرَامِ؛ چون شکم‌های شما از حرام پر شده است، حرف‌های من در شما اثر نمی‌گذارد.»<sup>۳</sup>

- **تأثیر لقمه حرام در نسل**؛ «كَسَبُ الْحَرَامِ يَبِينُ فِي الذُّرِّيَّةِ؛ مال حرام در فرزندان آشکار می‌شود و روی آن‌ها اثر می‌گذارد.»<sup>۴</sup>

## ب - از نوزادی تا هفت سالگی [زمینه‌سازی برای پرورش فطری- مذهبی]

کودکان باید آرام آرام و به تدریج با مسائل دینی آشنا شوند. در تعالیم اسلامی توصیه‌هایی در این زمینه وجود دارد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید:

وقتی کودک به سه سالگی رسید، از او بخواهید که هفت بار «لا اله الا الله» بگوید. سپس او را به حال خود واگذارید تا به سه سال و هفت ماه و بیست روز برسد. در این هنگام به او آموزش دهید که هفت بار بگوید: «محمد رسول الله» و سپس تا چهار سالگی او را آزاد بگذارید. در آن هنگام از وی بخواهید که هفت مرتبه «صلی الله علیه و آله» را تکرار کند و سپس تا پنج سالگی درنگ کنید. در این وقت اگر کودک راست و چپ خود را تشخیص داد، او را در برابر قبله قرار دهید و سجده را به او بیاموزید. در شش سالگی رکوع و سجود و دیگر اجزای نماز را به او آموزش دهید. وقتی هفت سال او تمام شد، به او بگویید دست و صورت خود را بشوید [و به تدریج وضو گرفتن را بیاموزد]. سپس به او بگویید نماز بخواند.<sup>۱</sup>

البته پیداست که این دستورالعمل برای پسران است و گرنه دختران که زودتر به سنّ تکلیف می‌رسند، باید قدری زودتر از نه سالگی نماز را فراگیرند و تا آنجا که ممکن است بر آن مداومت کنند تا وقتی به سنّ تکلیف رسیدند، انجام فریضة نماز برای آنها دشوار نباشد. مهم‌ترین وظایف پدر و مادر در هفت سال اول عبارت است از:

۱. **نام نیک**؛ نام نیکو نهادن بر نوزاد در شخصیت کودکان نقشی بسزا دارد.

در روایات اسلامی نام نیکو نهادن بر فرزند از جمله حقوق آنان بر عهده والدین شمرده شده است. به امام صادق علیه السلام عرض شد: ما فرزندان خود را

۱. بحارالانوار، ج ۲۷، ص ۹۵.

۲. کافی، ج ۵، ص ۱۲۵.

۳. بحارالانوار، ج ۴۵، ص ۸.

۴. کافی، ج ۵، ص ۱۲۴.

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۹۳.

- حرام خوری و عبادت؛ پیامبر ﷺ فرمود: «الْعِبَادَةُ مَعَ أَكْلِ الْحَرَامِ كَالْإِنَاءِ عَلَى الْمَاءِ؛ کسی که مال حرام می‌خورد و عبادت هم می‌کند، مثل کسی است که روی آب، ساختمان می‌سازد.»<sup>۱</sup> و امام صادق فرمود: «تَرَكُ لُقْمَةٍ حَرَامٍ أَحَبُّ إِلَيَّ اللَّهُ تَعَالَى مِنْ صَلَاةِ الْفَقِيرِ تَطَوُّعًا؛ ترک لقمه حرام، نزد خدا بهتر از خواندن هزار رکعت نماز مستحبی است.»<sup>۲</sup>

شخصیتهای بزرگ دینی و اسلامی در آغوش پدران و مادران مؤمن و متدین و مقید به این روایات پرورش یافته‌اند. درباره شیخ انصاری نقل کرده‌اند که مادرش هیچ‌گاه بدون طهارت، به ایشان شیر نداد. مرحوم شیخ انصاری بر اثر این مراقبت‌ها و تربیت درست خانوادگی به مقامی رسید که جهان اسلام و حوزه‌های علمیه شیعه تاکنون مدیون خدمات علمی و فرهنگی اویند.<sup>۳</sup>

۳. محبت؛ «محبت» به معنای دوست داشتن است و اثر آن احسان و نرمش و پرهیز از خشونت و سخت‌گیری است. محبت اگر بر مرز آینده‌نگری و با رعایت حدود عقلانی بنا شود، در پیشبرد اهداف تربیتی مفید خواهد بود. مراد از محبت عاقلانه و منطقی، محبتی است مقرون به منطق و موافق با مصلحت؛ محبتی از روی احسان و محبت خواه خوشایند فرزندان باشد خواه نباشد. در این نوع محبت، والدین به مصلحت و خیر و سعادت واقعی فرزندان خود می‌اندیشند و مطابق مصلحت با آنان رفتار می‌کنند. اما جنبه افراطی محبت و مهرورزی که ناشی از غریزه پدری و مادری است و در آن آینده تکامل یافته فرزندان، نقشی نمی‌زند، پیامدی جز فرزندسالاری نخواهد داشت. محبت غیر عاقلانه و غیر منطقی و موافق میل فرزندان، محبتی است که در آن مصلحت

فرزندان لحاظ نشده‌است. در این محبت، والدین، تسلیم امیال و خواسته‌های فرزندان خود هستند.<sup>۱</sup>

بدون تردید، محبت در دیدگاه اسلام، رعایت میل‌ها نیست، بلکه موافق مصلحت و خیر و سعادت است. بالاتر از آنچه ذکر شد، سخن مناسبی است اگر گفته شود در محبت، مصلحت فرد به تنهایی مقیاس نیست، بلکه مصلحت جمع باید در نظر گرفته شود.

اسلام در تربیت دینی فرزندان با چنین نگاهی دقیق به توصیه مهرورزی و محبت پرداخته‌است. پیغمبر اکرم ﷺ درباره محبت و ترحم به کودکان می‌فرماید:

اجِبُوا الصَّيَّانَ وَازْجُمُوهُمْ، وَ إِذَا وَعَدْتُمُوهُمْ شَيْئًا فَفُؤْأْهُمْ، إِنَّ اللَّهَ لَا يَغْضَبُ لَشَيْءٍ كَغَضَبِهِ لِلنِّسَاءِ وَالصَّبِيَّانِ.<sup>۲</sup>

کودکان خود را دوست بدارید و به آنها رحم آورید و به وعده‌ای که می‌دهید، وفا کنید. خداوند آن‌گونه که برای زنان و کودکان خشم می‌گیرد بر هیچ چیزی خشم نمی‌گیرد.

امام علی علیه السلام بر ضرورت مهرورزی فرزندان تأکید می‌کند؛ چنان که از وصایای آن حضرت در هنگام شهادت این است که فرمود:

وَازْجَمْ مِنْ أَهْلِكَ الصَّغِيرَ.<sup>۳</sup>

در میان اعضای خانواده‌ات به طفل خردسال رحم کن.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: حضرت موسی علیه السلام به خداوند عرض کرد: «پروردگارا! کدام عمل نزد تو برتر است؟» خداوند متعال پاسخ داد:

۱. علة الداعی، ص ۳۰۲.

۲. همان، ص ۱۴۰.

۳. ر.ک. «مقاله تربیت دینی خانواده، محمد احسانی»، نشریه معرفت، ش ۲۳، ص ۷.

۱. ر.ک. مجموعه آثار، شهید مطهری، ج ۲۲، ص ۷۴۵-۷۴۸.

۲. محجة البیضاء، ج ۲، ص ۲۳۷.

۳. بحارالانوار، ج ۱۶، ص ۱۵۴.

«حُبُّ الْأَطْفَالِ، فَإِنِّي فَطَرْتُهُمْ عَلَى تَوْحِيدِي»<sup>۱</sup> دوست داشتن کودکان؛ چرا که من آنها را بر فطرت توحید سرشته‌ام.»

همان حضرت در روایتی دیگر می‌فرماید: «خداوند بنده‌ای را که فرزندش را بسیار دوست می‌دارد، می‌آمزد.»<sup>۲</sup>

امام صادق علیه السلام عملکرد پدرش امام باقر علیه السلام را در حق یکی از فرزندان، از زبان آن حضرت این‌گونه نقل می‌فرماید:

«به خدا سوگند! من گاهی با یکی از فرزندانم بیش از حد نرمی و مدارا می‌کنم. او را بر زانو می‌نشاند و بسیار به او محبت می‌کنم و فراوان، تحسین می‌نمایم؛ درحالی‌که این مقدار محبت حق فرزندان دیگر است؛ ولی این برای آن است که مبادا اجرای حضرت یوسف و آنچه برادرانش با او کردند بر سر فرزندم بیاید.»<sup>۳</sup> برخی از روشهای عملی مهرورزی به فرزندان عبارت است از:

دست نوازش بر سر کودک کشیدن، در آغوش گرفتن، بوسیدن، بازی با کودکان، رعایت عدالت در بین فرزندان، هدیه دادن، احترام کردن، برگزاری جشن تولد و مراسم جشن تکلیف، وفای به وعده‌ها، لبخند زدن به آنها، گفت‌وگو با فرزندان در زمینه‌های گوناگون، بها دادن به رأی و نظر آنها، مشخص کردن زمان برای به گردش رفتن و ورزش کردن و تفریح.

محبت، کالا نیست که بتوان آن را خرید. پول توجیبی اسباب‌بازی، لباس و مانند آن هرگز نمی‌تواند جایگزین محبت شود. نیاز اساسی فرزندان به محبت والدین تنها با این‌گونه موارد برطرف نمی‌شود، بلکه آنان باید گرمای محبت والدین را با تمام وجود خویش احساس کنند و این نیاز عاطفی آنان به شایستگی برآورده شود.

۴. بازی؛ یکی از راههای پرورش شخصیت در کودکان، شرکت بزرگسالان در بازی با آنهاست. موقعی که پدر یا مادر، در بازی با کودکان شرکت می‌کنند کودکان در باطن خویش، احساس می‌کنند که کارهای کودکان آنها ارزنده و مورد توجه است؛ چنین امری احساس شخصیت را در کودک زنده می‌کند و حس استقلال و اعتماد در او شکفته می‌شود.

پیشوایان اسلام، به این امر مهم توجه کامل داشته‌اند و درباره آن به مسلمانان سفارش نموده‌اند و بازی با کودکان را از مستحبات دینی شمرده‌اند؛ مرحوم شیخ حرّ عاملی در کتابش بابی را به این نام اختصاص داده است: «باب التصابی مع الولد و ملاعبته». از مجموع آن روایات، دو مورد ذکر می‌شود:

- پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «مَنْ كَانَ عِنْدَهُ صَبِيٌّ فَلْيَتَصَابَ لَهُ»<sup>۱</sup> آن کسی که نزد او کودکی است، باید در پرورش وی کودکانه رفتار کند.»

- علی علیه السلام نیز می‌فرماید: «مَنْ كَانَ لَهُ وَلَدٌ صَبَا»<sup>۲</sup> کسی که کودکی دارد، باید در راه تربیت او خود را تا سر حدّ کودکی تنزل دهد.»

جابر گوید: بر پیامبر صلی الله علیه و آله وارد شدم و دیدم که حسن و حسین علیهما السلام بر پشت آن حضرت سوارند و پیامبر صلی الله علیه و آله برای آنان زانو زده و خم شده است و می‌فرماید: «چه شتر خوبی دارید و چه بار خوبی هستید شما!»<sup>۳</sup>

۵. صداقت پدر و مادر؛ صدق عبارت است از هماهنگی بین اندیشه و گرایش و کردار و گفتار انسان، هرگونه تضاد بین این امور انسان را از حوزه صدق خارج می‌کند. صداقت به دو معنای حقیقت‌گویی (صداقت در گفتار) و عمل کردن به گفتار خویش (صداقت در رفتار)، آمده است؛ تا آنجا که هیچ تناقض و دوگانگی‌ای بین افکار، رفتار و کلمات ما وجود نداشته باشد.

۱. وسائل الشیعة، ج ۱۵، ص ۲۰۳.

۲. همان.

۳. بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۲۸۵.

۱. همان، ج ۱۰۴، ص ۹۷.

۲. میزان الحکمه، ج ۱۰، ص ۶۹۹.

۳. وسائل الشیعة، ج ۱۳، ص ۳۴۴.

برعکس، فرزندانی که از پدر و مادر، اکرام و احترام نمی‌بینند و در محیط خانواده، خواهش طبیعی حبّ ذات آنان ارضا نمی‌شود، در خود احساس پستی و حقارت می‌کنند و روحی شکست‌خورده و روانی افسرده دارند و فعالیت اجتماعی آن‌ها در آینده دچار چالش می‌شود؛ این‌گونه فرزندان، به طور معمول در رفتارهای اجتماعی ناتوان و کم‌جرت، در اجرای اوامر الهی، بی‌اراده و در ارتکاب معاصی، بی‌پروا و متهورند. از این‌رو رسول اکرم ﷺ به پیروان خود دستور داده است:

اَكْرِمُوا اَوْلَادَكُمْ وَاَحْسِنُوا اَدَابَهُمْ يُغْفَرْ لَكُمْ<sup>۱</sup>

فرزندان خود را احترام کنید و آداب آنان را نیکوگردانید تا آمرزیده شوید. احترام کردن و شخصیت دادن از بزرگ‌ترین عوامل جلب محبت و اطاعت است. فرزندانی که احترام و قدر و ارج می‌بینند و با آنان رفتاری مؤدبانه می‌شود، از اوامر پدر و مادر کمتر سرپیچی می‌کنند.

برای پرورش شخصیت و تعالی روانی فرزندان از شیوه‌های گوناگونی می‌توان سود بُرد؛ از جمله: خطاب نیکو، سلام کردن، مشورت، همبازی و همراه شدن، و ارضای مناسب و یژگی ابراز وجود کودکان.

**۷. بهداشت فردی؛ پاکیزگی و بهداشت از آداب عملی زندگی می‌باشد که در اسلام بسیار مهم شمرده شده است.** والدین در درجه اول، خود باید الگوی پسندیده‌ای در زمینه پاکیزگی و بهداشت باشند و فرزندان را به پاکی و تمیزی تشویق کنند. افزون بر اینکه بایسته است آداب پاکی و طهارت اسلامی به فرزندان آموزش داده شود تا بدانند:

۱. بدون شستن دستها بر سر سفره ننشینند؛

۲. پا روی سفره نگذارند؛

صداقت، اهمیتی است که فرد به رفتار و روابط اجتماعی خود با دیگران می‌دهد. صداقت داشتن یعنی، عدم دورویی، ریاکاری و رفتارهای ساختگی‌ای که موجب بی‌اعتمادی نسبت به خود و دیگران می‌شود.

صداقت داشتن در زندگی موجب استحکام و دوام روابط بین افراد می‌شود؛ زیرا فرد هم چون آینه‌ای شفاف آن‌چه را که در درون خود دارد، منعکس می‌سازد. فراگیری هر مهارتی اگر از سال‌های دوران خردسالی و کودکی آغاز شود، تأثیری دوچندان بر زندگی او خواهد گذاشت. به همین ترتیب آموزش صداقت به کودکان، مستلزم صرف وقت و شکیبایی است؛ والدین می‌توانند با تشویق کودکان به راست‌گویی و گفتن آن‌چه که واقعاً دیده‌اند، صداقت را در آنها پرورش دهند.

و این در صورتی محقق خواهد شد که بین پدر و مادر چنین صداقتی وجود داشته باشد و بازگویی حقایق بین زن و شوهر می‌تواند جرأت بیان آن را به فرزندان بدهد و در نهایت به سبب وجود صداقت در کانون گرم خانواده دچار مشکلی نمی‌شود.

**۶. تکریم شخصیت؛** از سرمایه‌های فطری که براساس مشیت حکیمانه الهی در باطن هر کس نهاده شده است، غریزه حبّ ذات است. این غریزه یکی از پایه‌های ثابت تربیت کودک است. والدین می‌توانند از این سرمایه فطری در تربیت دینی و اخلاقی فرزندان خود به خوبی استفاده کنند و در پرتو آن بسیاری از ارزشهای دینی و سجایای اخلاقی و صفات پسندیده را در فرزندان خود پیورانند. از راه‌های ارضای غریزه حبّ ذات، احترام به فرزندان، حُسن معاشرت و توجه به شخصیت آنهاست. فرزندانی که به قدر کافی در خانواده از اکرام و احترام برخوردارند و غریزه حبّ ذات آنان به شایستگی ارضا می‌شود، روحیه‌ای طبیعی و روانی متعادل و زمینه مناسب‌تری برای پذیرش تربیت دینی و اخلاقی دارند.

۱. بحارالانوار، ج ۱۰۴، ص ۹۵.



است که دو جنبه به ظاهر متضاد را یک جا جمع کنند؛ یعنی هم جدی و هم رئوف و مهربان باشند تا بتوانند کودک را به انجام فرایض دینی وادارند.

درباره روزه گرفتن نیز وضع به همین ترتیب است. بهتر است کودک قبل از رسیدن به مرحله تکلیف به تدریج با روزه آشنا شود تا زمینه برای انجام آن بعد از سن تکلیف فراهم آید. بیدار کردن کودکان برای خوردن سحری و تشویق آنها به روزه «کله گنجشکی» و در نظر گرفتن جایزه برای آن، بسیار مفید است. تجربه نشان داده است که کودکان از این برنامه‌ها لذت می‌برند و با شوق از آن استقبال می‌کنند.

خانواده‌هایی که از فرصت دوران کودکی برای آموزش مسائل دینی و ایجاد انس و عادت در انجام تکالیف دینی بهره نمی‌گیرند، در دوران بلوغ و نوجوانی با مشکلات جدی روبه‌رو می‌شوند؛ زیرا کسی که انجام تکالیف دینی را تا مرحله نوجوانی یا جوانی و بزرگسالی به تأخیر انداخته است، هر چند معتقد به موازین دینی باشد، به علت نبود ممارست عملی و آمادگی روحی نمی‌تواند به آسانی به احکام دینی عمل کند.<sup>۱</sup>

گذشته از ضرورت آشنایی فرزندان با مسائل دینی و آموزش احکام اسلامی، والدین باید در پرورش عواطف دینی آنان نیز برنامه‌ریزی کنند. برخی از عوامل تأثیرگذار در پرورش عواطف دینی فرزندان عبارت است از: ایجاد فضای معنوی و دینی در محیط خانه و تشویق در جهت آموزش و حفظ قرآن.<sup>۲</sup>

اگر فضای خانه با ارزشهای معنوی آمیخته باشد و پدر و مادر، خود، ارزشهای الهی و تکالیف دینی را در زندگی خویش جدی بگیرند و فضای خانه را با تلاوت قرآن و ذکر و مناجات نورانی کنند، کودکان به طور مستقیم و به صورت

۳. هنگام غذا خوردن سفره را آلوده به غذا یا بقایای غذا نکنند و استخوان، هسته و سایر بقایای غذا را روی سفره و نان نگذارند، بلکه آنها را در ظرف دیگر یا در کنار ظرف غذای خود قرار دهند؛

۴. هنگام غذا خوردن لباس خود را کثیف نکنند؛

۵. چیزی از بقایای غذا، هرچند اندک، در ظرف خود باقی نگذارند؛

۶. بعد از غذا خوردن، بر سر سفره و در حضور دیگران دندانهای خود را خلال یا تمیز نکنند و دست در دهان خود ننمایند؛

۷. بعد از غذا، با دستمال کاغذی دهان و دستهای خود را تمیز نکنند که این کار برخلاف بهداشت است؛ به جای آن از آب و در صورت لزوم از آب و صابون استفاده کنند.

## ج - هفت سال دوم زندگی کودک [آشنایی با مفاهیم دینی و نظارت دقیق بر رفتار فرزند]

در این دوره حرکت موزون تربیتی شتاب بیشتری می‌یابد و تکاپوی یادگیری در کودکان و آموزش در والدین، با تکیه بر تعالیم هفت سال اول، آهنگ دیگری به خود می‌گیرد. در این دوره باید از جریان دستورپذیری سازنده غافل نشد و خوی اطاعت‌پذیری فرزند را که زیربنای آن در هفت سال اول پرشالوده محبت نهاده شد، پرورش داد. زمان کاشت بذره‌های تربیتی بر ضمیر کودکی است که با محبت شخم خورده، مهبای بذرپاشی است. در این جهت اصول ذیل راهنمای راه خواهد بود:

۱. آموزش احکام دینی و آموزش قرآن؛ واداشتن کودکان به تکالیف باید با نرمی و مهربانی و تشویق همراه باشد و تکلیف شاق از آنها خواسته نشود، ولی در عین حال والدین با جدیت در این موارد عمل کنند؛ به‌طوری‌که کودک احساس نکند تکالیف دینی اموری جدی یا ضروری نیستند. هنر پدر و مادر این

۱. رفتار والدین با فرزندان، ص ۷۸-۸۰، با اندکی تغییر.

۲. ر.ک. همان، ص ۸۱.

أَدَّبُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى ثَلَاثِ خِصَالٍ: حُبِّ نَسَبِكُمْ، وَ حُبِّ أَهْلِ بَيْتِهِ، وَ قِرَاءَةِ الْقُرْآنِ.<sup>۱</sup>

فرزندانتان را به سه ویژگی تربیت کنید: دوستی پیامبر، دوستی اهل بیت، و قرائت قرآن.

محبت اکسیر شفابخشی است که پایه‌های دین بدان قوام می‌یابد. در این میان دوستی امیر مؤمنان علیه السلام که خود معیار حق است، حقی ستودنی است از کودک بر ذمه پدر و مادر، و باید بر جان کودک خویش نشاند.

ابی‌زبیر مکی می‌گوید: ابوذر را عصا به دست در کوچه‌ها و مجالس انصار دیدم که به آنان می‌گفت: «فرزندتان را با حب علی تربیت کنید.»<sup>۲</sup>

۳. مسئولیت‌دهی؛ برخی از اصول و روش‌های مسئولیت‌سپاری به فرزندان در ذیل به شماره می‌آید:

۱. از همان بچگی بعضی از کارها را به آنها واگذار کنید؛

۲. برای کارهایشان پاداش نگذارید؛

۳. وقتی اشتباه می‌کنند، عواقبی طبیعی برای آنها در نظر بگیرید؛

۴. وقتی می‌بینید جایی احساس مسئولیت کرده‌اند، آن را بر زبان بیاورید؛

۵. هر از گاهی در مورد مسئولیت‌پذیری با آنها صحبت کنید؛

۶. خودتان الگوی مسئولیت‌پذیری برای فرزندانتان باشید؛

۷. از همان کودکی به آنها پول توجیبی بدهید؛

۸. باور داشته باشید که کودکانان مسئولیت‌پذیر هستند؛

۹. به آنها یاد بدهید که مسئولیت‌پذیر باشند؛

۱۰. از دیگران هم راهنمایی و کمک بگیرید.

مشاهده‌ای از این جو معنوی متأثر می‌شوند و علایق دینی در آنها به طور طبیعی پرورش می‌یابد. گوش دادن به آیات قرآنی که با صوت و آهنگ زیبایی خوانده شود، تأثیر خود را در روح فرزند به جا می‌گذارد.

با توجه به قدرت حافظه در دوره دبستانی حفظ سوره‌های کوتاه قرآنی نیز توصیه می‌شود. از جمله حقوق فرزندان، آموزش قرآن است. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: هر کس به فرزند خود قرآن بیاموزد...، [همان قرآن در روز قیامت] نامه عملش را سنگین می‌کند و او را از پل صراط مانند برق جهنده عبور می‌دهد و هیچ‌گاه از او جدا نمی‌گردد تا از طرف خداوند بهترین چیزی که آرزو می‌کند بر او نازل شود.<sup>۱</sup>

معاذ گوید: از رسول خدا صلی الله علیه و آله شنیدم که می‌فرمود:

هیچ مردی فرزند خود را قرآن نیاموزد مگر خداوند پدر و مادرش را در روز قیامت تاج پادشاهی عطا کند و دو لباس بهشتی به آنان بپوشاند که هرگز مردم مانند آن را ندیده باشند.<sup>۲</sup>

## ۲. آشنایی با نمادهای دینی

همراه بردن کودکان به مسجد، هر چند در نماز جماعت شرکت نکنند، و حضور در مراسم عزاداری ماه محرم، شرکت در نماز عید فطر، تشرّف به زیاتگاه‌ها، و فعالیت در جشنهای مذهبی، برای پرورش عواطف دینی آنان بسیار مفید است؛ هرچند باید دقت کرد که این‌گونه برنامه‌ها فراتر از طاقت و حوصله کودک نباشد. به این نکته باید توجه داشت که احساس مذهبی، از عمیق‌ترین احساسها و گرایشهای فطری در انسان است که اگر زمینه برای شکوفایی آن فراهم باشد به سرعت رشد می‌کند. پس باید چنان عمل کرد که مولای متقیان علی علیه السلام توصیه می‌کند:

۱. مستدرک الوسائل، ج ۴، ص ۲۴۷.

۲. همان.

۱. کنز العمال، ج ۸، ص ۲۷۸.

۲. علل الشرائع، ج ۱، ص ۱۴۲.

#### ۴. مدیریت دوران بلوغ؛

بلوغ بسان زمین لرزه‌ای شدید، سراسر وجود نوجوان را می‌لرزاند، ذخایر پنهان وجود او را بیرون می‌ریزد و او را در شرایطی جدید و نا آشنا قرار می‌دهد. نوجوان به سبب پدیده بلوغ دیده بر افقهای جدیدی می‌گشاید. پس بیش از هر زمانی نیازمند راهنمایی والدین است. دست توانای آفرینش به وسیله بلوغ، نوجوان را با جهش همه‌جانبه از عالم کودکی جدا ساخته، او را آماده رشد و کمال می‌کند. گویی نوجوان دیگر باره متولد شده است و بدون تردید این تولد دوباره بدون تحمل رنج و زحمت و فشار نیست. با اندک دقتی می‌توان فهمید که درون نوجوان چه طوفانی به پاست.

از یک سو انگیزه‌های غریزی و در رأس آنها میل جنسی و نیز انگیزه‌های عاطفی هر لحظه او را به سویی می‌کشد و تعادل روانی او را به هم می‌زند و از سوی دیگر انواع تردیدها و دودلی‌ها او را با بلا تکلیفی دردآوری روبرو می‌سازد. در این میان آنچه بیش از همه برای نوجوان محسوس است، ابهام و سردرگمی است. او برای بار اول چنین وضعی را تجربه می‌کند و توانایی لازم را برای مقابله با این کشمکش درونی در خود نمی‌یابد. از این رو، نوجوان به کوچک‌ترین عاملی، تعادل روانی خود را از دست می‌دهد و هیجانی می‌شود. نگران نظر دیگران و به ویژه اطرافیان و همسالان درباره خویش است و رفتار و برخورد و قضاوت آنها به آسانی حالات روحی او را تغییر می‌دهد. همین تغییرات مداوم و گاه عمیق، او را خسته و رنجور می‌کند و صبر و شکیبایی را از او می‌گیرد. از این رو، به اندک ناملایمیتی برمی‌آشوبد و آن را وسیله‌ای برای خالی کردن دل خسته خود می‌بیند. بر این اساس، سرکشی، ناسازگاری و برآشفستگی از پدیده‌های رایج این دوران است.

تحولات دوران بلوغ حدود سه سال طول می‌کشد. در پسران حدود سنی ۱۳-۱۶ سال را دربرمی‌گیرد و در دختران یکی دو سال کم‌تر. این مقطع سنی

بحرانی‌ترین مرحله از زندگی انسان است. در این مرحله نوجوان به رعایت و مراقبت بیشتری نیاز دارد تا از آن به سلامت بگذرد.<sup>۱</sup>

۵. هدایت و نظارت در دوست‌یابی؛ دوستان نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت دینی و اخلاقی جوانان دارند. چه بسیار جوانانی که بر اثر همنشینی با دوستان ناباب به انحراف کشیده شده‌اند و پس از خطاکاری و اشتباه خود می‌گویند: یا وَیْلَتِی لَیْتَنِی لَمْ اتَّخِذْ فُلَانًا خَلِیلًا. (فرقان: ۲۸)

وای بر من! ای کاش فلان شخص را دوست خود نگرفته بودم.

پیامبر اسلام ﷺ فرمود:

الْمَرْءُ عَلَى دِینِ خَلِیلِهِ فَلَیَنْظُرْ أَحَدُکُمْ مَنِ یُخَالِلُ.<sup>۲</sup>

آدمی تابع عقیده دوست خود است. پس بنگر با چه کسی دوست می‌شوی.

۶. علم‌آموزی؛ علم‌جویی یکی از مهم‌ترین ابعاد روحی بشر است که نقش عظیمی در رشد و پیشرفت آدمی در زمینه‌های گوناگون ایفا کرده است. اسلام به عنوان آخرین و کامل‌ترین دین الهی، برای فراگیری دانش و آموزش آن به دیگران، اهمیت ویژه‌ای در نظر گرفته، در آیات و روایات متعددی آن را مورد تأکید قرار داده است.

خدای متعال در قرآن کریم، خود را به عنوان اولین معلّم انسان معرفی کرده (علق: ۵) و ضمن ارزش نهادن بر علم و دانش اندوزی به مقام بلند دانشمندان اشاره کرده، پستی و نکوهیدگی جهل و نادانی را رَهْزَن طریق کمال می‌داند.

پیشوایان معصوم اسلام در سخنان گهربار خود، اهمیت دانش و تعلیم و تعلم را یاد آور شده و به فراگیری آن سفارش کرده‌اند؛ چنان‌که فرمود: «اطْلُبُوا الْعِلْمَ مِنَ الْمَهْدِ إِلَى اللَّحْدِ».<sup>۳</sup>

۱. ر.ک. رفتار والدین با فرزندان، ص ۳۲-۳۴.

۲. مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۳۲۷.

۳. نهج الفصاحه، ترجمه ابوالقاسم پاینده، ص ۶۴.

گوشزد کرد. از جمله وظایف پدر و مادر در این دوره می‌توان به مواردی از این دست اشاره کرد:

۱. **مدیریت شکل‌گیری هویت؛** سن جوانی عرصه‌ای از زندگی بشر است که ذهن جستجوگر در پی پاسخگویی به پرسش‌های بنیادین و هویت‌بخشی به خویش در تلاش است. پرسشهای متعددی فضای ذهن و فکر جوان را به هم می‌ریزد و دنبال پاسخ آنها می‌گردد. او از خود می‌پرسد: زندگی چیست؟ من کیستم؟ برای چه زنده‌ام؟ به کجا می‌روم؟ چرا و چگونه باید بروم؟ آیا پس از مرگ زندگی دیگری وجود دارد؟ اگر وجود دارد چگونه است؟ و نیز او نگران است که آیا پدر و مادرش او را «همان‌گونه که هست» پذیرفته‌اند؟ او را عزیز می‌دارند؟ برایش شأن و منزلت قائل هستند یا خیر؟ نسبت به جایگاه خود در اجتماع دغدغه دارد که چه پیوندی با جامعه دارم؟ جامعه از من چه انتظاری دارد؟ خود چه نقش و وظیفه‌ای در اجتماع دارم؟ در باورها، ارزشها و آداب و رسوم گذشته خود دچار تردید می‌شود و می‌پرسد چرا باید مسلمان باشم؟ مسلمان بودن مستلزم چه رفتارهایی است؟ مسلمان کیست؟ اگر خدا عادل است چرا فلان واقعه اتفاق می‌افتد؟ این‌گونه پرسشهاگاه به حدی اوج می‌گیرد که زندگی و افکار نوجوان را به کلی به هم می‌ریزد؛ به گونه‌ای که همه چیز و همه کس را به چالش می‌کشد.

جهان‌بینی و هویت نوجوان با یافتن پاسخهایی مناسب برای سؤال‌های شکل می‌گیرد و اگر جواب این سؤالات را دریافت نکند، دچار احساس پوچی، از خود بیگانگی، تنهایی، غربت و بی‌پناهی و عدم برقراری ارتباط صحیح با دیگران می‌شود و این وضعیت برای نوجوان بسیار خطرناک است و ممکن است او را دچار بحران هویت کند.

## ۲. پرورش حس مذهبی و حق‌جویی؛

دوران جوانی در روایات اهل بیت علیهم‌السلام مورد عنایت ویژه‌ای قرار گرفته است. در تعبیری از امام علی علیه‌السلام نعمت جوانی، گوهری ناشناخته شمرده شده که انسان جز

دانشمندان جهان اسلام و اندیشمندان دیگر نیز به نوبه خود، نقش بنیادی علم در زندگی انسان را گوشزد نموده و آثار و فواید آن را بازگو کرده‌اند.

## د - هفت سال سوم زندگی فرزند [هویت‌بخشی، تعمیق باورهای مذهبی و شبهه‌زدایی]

سنین ۱۸ تا ۲۹ سالگی دوران جوانی شمرده می‌شود. دوران جوانی مرحله‌ای بی‌بدیل از عمر انسان است. قرآن کریم از آن به دوران قوت و توانمندی یاد کرده که میان دو ضعف قرار گرفته است. (روم: ۵۴) گاهی از آن به «بلوغ اشد» و «استوا» تعبیر می‌آورد که در آن دوره، آثار کودکی و نوجوانی به تدریج زایل می‌گردد و توانایی بدن رفته‌رفته فزونی می‌گیرد.<sup>۱</sup>

به تعبیر مرحوم علامه طباطبایی، «بلوغ اشد» از هیجده سالگی تا سن کهولت و پیری است که عقل آدمی در آن موقع، پخته و کامل است.<sup>۲</sup>

امام صادق علیه‌السلام نیز هیجده سالگی را بلوغ اشد دانسته است.<sup>۳</sup>

در آیه‌ای دیگر دوران زندگی انسان به پنج دوره ترسیم و از دوران جوانی به «زینت» یاد شده است که این تعبیر نشانگر شور و نشاط، عشق، تجمل دوستی و گرایش به آراستگی خود و زندگی در این دوران است.<sup>۴</sup>

در این دوره فرزند نه به بازیگوشی آرام می‌گیرد و نه به اطاعت محض دل خوش می‌کند بلکه هر امر و دستوری را با پرسشی از چرا همراه می‌کند. طبق روایات باید نقش مشاور به او داد و ویژگی‌های این دوره را به او

۱. ر. ک. حج (۲۲)، آیه ۵؛ غافر (۴۰)، آیه ۶۷؛ انعام (۶)، آیه ۱۵۲؛ یوسف (۱۲)، آیه ۲۲؛ قصص (۲۸)، آیه ۱۴.

۲. المیزان، ج ۱۶، ص ۱۹.

۳. معانی الاخبار، شیخ صدوق، ج ۱، ص ۲۲۶.

۴. حدید (۵۷)، آیه ۲۰.

جوان، تقویت و درونی‌گردد، مطلوب ما در تربیت دینی او حاصل شده است؛ چرا که در این صورت جوان تحت هیچ شرایطی از پابندی و عمل به دستورهای دینی و دفاع از ارزشها و آرمانهای اسلامی دست برنمی‌دارد و انتظاری را که دین از او به عنوان فردی متدین دارد، محقق خواهد ساخت.

وظیفه والدین است که فرزندان خردسال و نوجوان خود را با تربیت دینی و اخلاقی آشنا سازند و ایمان آنها را تقویت نمایند. بدون تردید، محبت، تکریم شخصیت، رفاقت و صمیمیت با فرزند، کمک به او در دوست‌یابی و جلوگیری از رفاقت با دوستان ناباب و بیش از همه عمل والدین به دستورهای دینی، زمینه‌های بسیار مناسبی را برای تربیت دینی او فراهم می‌سازد.

ممکن است برخی والدین به دلایلی نتوانسته باشند چنین زمینه‌ای را برای فرزند خود بیافرینند و فرزندشان پا به دوران جوانی گذاشته است و آن‌گونه که باید او را آراسته به تربیت دینی و اخلاقی نمی‌بینند. در این صورت نباید ناامید شوند و می‌توانند گذشته را با تحمل قدری سختی جبران کنند.

### ۳. شبهه زدایی؛

همه ما به الگوهای رفتاری نیاز داریم. از نظر تعلیم و تربیت، مدل‌ها و الگوهای رفتاری از نقش و اهمیت بسزایی برخوردار هستند. وجود الگوهای رفتاری در انسان، انگیزه رشد، حرکت و تعالی ایجاد کرده، موجب شکوفا شدن ابعاد مختلف شخصیت می‌شود. علاوه بر معصومین (ع)، که کامل‌ترین اسوه‌ها و الگوهای رفتاری برای همه انسان‌ها، در همه عصرها و نسل‌ها می‌باشند، تمامی انسان‌های رشد یافته پیرو آنان نیز در زندگی و رشد و تعالی شخصیت انسان به‌ویژه جوانان بسیار مهم است.

محفل علمای دینی محل مناسبی برای بهره‌گیری از چشمه‌های زلال معرفت است که دست‌مایه آن چیزی جز قرآن و سنت نیست. این نوع جلسات موجب نزول رحمت و آگاهی و کسب معرفت است. به همین سبب است که در دعای

در ایام پیری قدرش را نخواهد شناخت؛ همانند نعمت سلامت که ارزشش در وقت بیماری نمایان می‌شود.<sup>۱</sup>

در پاره‌ای از روایات به غنیمت شمردن این دوره طلایی در کسب لیاقتها و بالا بردن ظرفیتها سفارش شده است و توصیه شده قبل از اینکه پیری سراغتان آید، جوانی را دریابید؛<sup>۲</sup> که «جوانی بر سرک کوچ است، دریاب این جوانی را» و جوانانی که به هیجده سالگی رسیده‌اند و فرصتها را ازان می‌فروشند، ملامت گشته‌اند.<sup>۳</sup> از ویژگی‌های دوره جوانی، گرایش به نیکی‌ها و تربیت‌پذیری است. رسول خدا (ص) خطاب به مسئولان فرهنگی و اولیا و مربیان می‌فرماید:

اَوْصِيكُمْ بِالشُّبَّانِ خَيْرًا فَإِنَّهُمْ أَرْقُ أَفْيِدَةً.<sup>۴</sup>

به شما سفارش می‌کنم که به جوانان نیکی کنید؛ زیرا آنان از لطیف‌ترین و نرم‌ترین دلها برخوردارند.

امام صادق (ع) نیز این‌گونه توصیه فرموده است:

عَلَيْكُمْ بِالْأَخْذِ، فَإِنَّهُمْ أَسْرَعُ إِلَى كُلِّ خَيْرٍ.<sup>۵</sup>

بر شما باد به پرداختن جوانان؛ زیرا آنان نسبت به دیگران در کارهای نیک، شتاب بیش‌تری دارند.

تلاش برای تربیت دینی و اخلاقی جوانان از جمله کارهای نیکی است که با توجه به تربیت‌پذیری آنها ضرورت ویژه‌ای دارد.

مهم‌ترین نیاز نسل جوان، تقویت و تعمیق ایمان مذهبی است؛ زیرا سعادت دنیوی و اخروی آدمی به برخورداری از ایمان وابسته است. اگر ایمان در نسل

۱. شرح غرالحکم و دررالکلم، ج ۴، ص ۱۸۳.

۲. همان، ج ۳، ص ۲۴۹.

۳. البرهان فی تفسیر القرآن، ج ۳، ص ۳۶۶.

۴. جوان فلسفی، ج ۲، ص ۲۴۸، به نقل از کتاب شباب قریش، ص ۱.

۵. همان، ج ۱، ص ۴۹-۵۰، به نقل از روضه کافی، ص ۹۳.

همسویی داشته باشد؛ زیرا شبهه‌زدایی برای جوان و نوجوان با شبهه‌زدایی برای دیگر اقشار جامعه تفاوت دارد. والدین مجرب باید هرچندگاهی در داخل خانه مسائل دینی را روشن نموده و آنان را به تهاجم فرهنگی و شناخت دشمنان آگهی کامل دهند تا نسبت به سروصداهایی که در گوشه و کنار عالم علیه دین برمی‌خیزد، آشنایی داشته باشند. در عین حال بهترین راه حل در این مورد، آشنا کردن جوانان و نوجوانان با علمای دینی و کتب دینی است که می‌تواند نقش بسزایی در هدایت آنان داشته باشد.

۴. **رشد تحصیلی و علمی؛** برای تربیت دینی جوان، دین و دانش را توأمان باید به او آموخت. جوان مؤمن باید دانش بیاموزد و با سواد باشد. فراگیری علوم غیر از شکوفایی استعدادها، به رشد قوای عقلی و تجزیه و تحلیل بهتر مطالب می‌انجامد و جوان را از سقوط در وادی جهل و خرافات باز می‌دارد. پیامبر اکرم ﷺ فرمود:

مَنْ تَعَلَّمَ فِي شَبَابِهِ كَانَ يَمْتَلِئُهُ الرِّسْمُ فِي الْحَجَرِ.<sup>۱</sup>

کسی که در جوانی علم بیاموزد، دانش او همچون نقش بر سنگ پایدار است.

روزی امام حسن مجتبیٰ ﷺ فرزندان و برادران خود را جمع کرده، به آنان فرمود: «شما اینک کودکان اجتماع امروز هستید و به زودی بزرگان اجتماع فردا خواهید شد. در فراگیری دانش کوتاهی نکنید و هر کدام از شما که حافظه‌ای قوی ندارد، مطالب استاد را ضبط و ثبت کند و بنویسد و در منزل نگه دارد.»<sup>۲</sup>

امام صادق ﷺ نیز فرمود:

ابوحمره ثمالی به خدا عرضه می‌کند: «لَعَلَّكَ فَقَدْتَنِي مِنْ مَجَالِسِ الْعُلَمَاءِ فَخَذَلْتَنِي؛ شاید شرکت در جلسات علماء ننموده‌ام که باعث خذلان و بدبختی من شده است.» برخی از روایاتی که علت و ضرورت شرکت در مجالس علماء را که از انحرافات جلوگیری می‌کند و موجب محفوظ ماندن از دام شیطان، و نزول برکات و رحمت الهی را بیان فرموده، ذکر می‌شود:

- امام موسی کاظم ﷺ می‌فرماید: «قَالَ مُحَادَثَةُ الْعَالَمِ عَلَى الْمَزَالِ خَيْرٌ مِنْ مُحَادَثَةِ الْجَاهِلِ عَلَى الرَّأْيِ؛ گفتگوی با عالم در حال نشستن بر خاک بهتر از گفتگوی با جاهل در حال تکیه بر بالش است.»

- امام صادق ﷺ می‌فرماید: «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ قَالَتِ الْحَوَارِيُّونَ لِعِيسَى يَا رُوحَ اللَّهِ مَنْ نُحَالِسُ قَالَ مَنْ يُذَكِّرُكُمْ اللَّهَ رُؤْيَاهُ وَ يَزِيدُ فِي عِلْمِكُمْ مَنْطِقَهُ وَ يَرْغَبُكُمْ فِي الْآخِرَةِ عَمَلُهُ؛ رسول خدا فرمود: حواریین به عیسی ﷺ گفتند یا روح‌الله! با که بنشینیم؟ فرمود: با کسی که دیدارش شما را به یاد خدا اندازد و سخنش دانشتان را زیاد کند و کردارش شما را به آخرت تشویق کند.»

متأسفانه امروزه برخی به القای شبهه پرداخته، باورهای دینی همگان به‌ویژه نوجوانان و جوانان را تضعیف می‌کنند. علاوه بر ساخت فیلم‌ها و تبلیغات نظام یافته دنیای غرب، در داخل کشور نیز افراط و تفریط‌هایی در توضیح و تبیین مسائل دینی صورت می‌گیرد که موجب تضعیف باورهای اعتقادی می‌شود. نوجوانان و جوانان که تجربه و دانش نداشته و احساسات آنها بر اندیشه و عقل حکومت می‌کند، زودتر تحت تأثیر این نوع آسیب‌ها قرار می‌گیرند. بر این اساس یکی از شیوه‌های مفید تقویت و حفظ اعتقادات، شبهه‌زدایی است. البته شبهه‌زدایی باید با میزان معلومات، احساسات و عواطف جوان و نوجوان

۱. اصول کافی، ج ۱، ص ۱۱۰، ح ۲.

۱. بحارالانوار، ج ۱، ص ۲۲۲.

۲. همان، ح ۳.

۲. همان، ج ۲، ص ۱۵۲.

چون در دوره جوانی که هنگام هیجان غریزه جنسی است، بهترین راه برای منحرف کردن یک جوان، استفاده از این غریزه و جاذبه‌های جنسی است. انسان با داشتن همسر و با تسکین غریزه جنسی، جاذبه‌های منحرف کننده را کمرنگ می‌بیند، و به راحتی می‌تواند عفت خود را حفظ کند. پیامبر اکرم ﷺ در این باره فرمود:

أَيُّمَا شَابٍ تَزَوَّجَ فِي حَدَاثَةٍ سِنَّهُ عَجَّ شَيْطَانُهُ: يَا وَيْلَهُ! عَصِمَ مِنِّي دِينَهُ.<sup>۱</sup>

هر جوانی که در ابتدای جوانی ازدواج کند، شیطان او فریاد می‌کشد: ای وای! دینش را از دست من در امان داشت.

البته، تأثیر ازدواج در حفظ دین به این معنا نیست که تمام زمینه‌های فساد در انسان متأهل از بین می‌رود، بلکه او نیز باید در حفظ پا کدامنی خود بکوشد. پیامبر ﷺ در این باره فرمود:

إِذَا تَزَوَّجَ الْعَبْدُ فَقَدْ احْرَزَ نِصْفَ دِينِهِ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي النِّصْفِ الْبَاقِي.<sup>۲</sup>

هرگاه بنده ازدواج کند نیمی از دینش را حفظ کرده است، پس در نیم دیگر باید تقوای الهی پیشه کند.

لَسْتُ أَحِبُّ أَنْ أَرَى الشَّابَّ مِنْكُمْ إِلَّا غَادِيًا فِي حَالَيْنِ أَمَّا عَالِمًا أَوْ مُتَعَلِّمًا.<sup>۱</sup>

دوست ندارم جوانی از شما را ببینم مگر اینکه به یکی از دو حال شب را به صبح آورد: یا دانشمند باشد یا دانشجو.

۵. **مسئولیت‌سپاری:** فرزندان در این سنین حکم مشاور برای پدر و مادر را دارند و آنان در این سنین باید روی کار و فعالیت‌های او حساب باز کنند و بعضی از امور منزل و خریدها را به او بسپارند و در صورت موفقیت مورد تشویق قرار دهند تا همپای این مسئولیت‌سپاری بتوانند مدیریت زندگی خویش در آینده را بدون دخالت پدر و مادر بر عهده گیرند.

۶. **کمک به انتخاب رشته و شغل:** مدرسانی در انتخاب رشته فرزندان، بررسی و کشف استعداد و ذوق و سلیقه فرزندان است و آنگاه مشاوره تا بهترین را برگزیند؛ بدین رو باید از تحمیل عقیده خویش پرهیز کرد.

در انتخاب شغل ملاک علاقه فرزند و هماهنگی با رشته طی شده، باید لحاظ گردد و اصول ذیل برگرفته از منابع دینی تبیین گردد:

۱. ارتباط کار و تلاش اقتصادی با معنویت؛

۲. ارزش و اهمیت کار و تلاش اقتصادی و تبیین همت مضاعف؛

۳. رعایت حدود و مقررات فقهی در کسب حلال و حرام؛

۴. تأکید بر کار تولیدی؛

۵. اعتدال در مصرف؛

۶. ادای حقوق مالی از خمس و زکات.

۷. **آماده کردن مقدمات ازدواج:** بهترین راه برای حفظ عفت عمومی،

ازدواج کردن در اولین فرصت ممکن است و هرگونه سهل انگاری در این مورد به زیان انسان تمام می‌شود. این ضرورت در دوره جوانی بیشتر احساس می‌شود؛

۱. کنز العمال، ج ۱۶، ص ۲۷۶.

۲. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۱۹.

۱. همان، ج ۱، ص ۱۷۰.

درس سوم:

## آسیب‌شناسی تربیت دینی فرزندان

### الف - آسیب‌های محیطی

مجموعه عوامل بیرونی که انسان را احاطه کرده و از ابتدای ظهور حیات آدمی تا پایان زندگی این جهانی بر انسان تأثیر تربیتی می‌گذارند، محیط شمرده می‌شوند. این عوامل متعدد از زمان انعقاد نطفه تا زمان مرگ به صورت‌های گوناگون انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهند.<sup>۱</sup>

اینک مهم‌ترین عوامل محیطی را به اختصار بررسی می‌کنیم:

۱. محیط خانه؛ فرزندان در محیط خانه با عوامل انسانی متعددی تماس دارند که مهم‌ترین آنها پدر و مادر هستند. خانواده، بهترین محیط برای تربیت فرزندان است. کودک وقتی زبان مادری را در خانه فراگرفت، از طریق مکالمه و گفت‌وگو، افکار و آرای بنیادی را از افراد خانواده کسب می‌کند و معارف و اطلاعات او، هم‌سطح با افکار خانواده پیش می‌رود و در اعمال خود نیز به تقلید از افراد خانواده می‌پردازد. از این رو، اگر بسیاری از اعمال روزمره انسانها را بررسی و تجزیه و تحلیل و ریشه‌یابی کنیم، خواهیم دید که بیشتر آنها از تربیت خانوادگی سرچشمه می‌گیرد. پژوهشگران با مطالعه برخی حالات روانی، ریشه بسیاری از بیماریهای عصبی و روانی را رفتارهای ناهنجار پدر و مادر با کودک به‌ویژه در سالهای اول

---

۱. ر.ک. تربیت در نهج البلاغه، ص ۱۹۸.



برای دانش آموزان مدرسه، الگو و سرمشق باشند و در شکل‌گیری ابعاد تربیتی ایفای نقش نمایند. در این میان نقش معلم در سازندگی یا ویرانی اخلاقی کودکان و نوجوانان بسیار مهم است. معلم به سبب نفوذ معنوی خود، با تمام رفتارهای الگوها و سرمشق‌هایی در اختیار شاگردان قرار می‌دهد و آنان از تمام حرکات و سکنتات و اشارات و حتی واژه‌هایی که معلم در خلال انجام وظیفه تعلیم، از آنها استفاده می‌کند، به شدت تأثیر می‌پذیرند.

علاوه بر نقش تأثیرگذار معلم، فضای مذهبی و معنوی حاکم بر مدرسه، در تعلیم و تربیت دینی کودکان و نوجوانان توجه‌برانگیز است. مراسم مذهبی، جلسات دعا و نماز جماعت و مانند آن، زمینه تربیت دینی و اخلاقی و توجه به معارف اسلامی را فراهم می‌سازد. بدیهی است که حضور معلمان، مدیران و مربیان با دانش آموزان در این جلسات و مراسم بر عمق تأثیرگذاری می‌افزاید.

**۳. محله و دوستان**

انسان موجودی اجتماعی و «مَدَنِيٌّ بِالطَّعْنِ» است و تأمین نیازهای او تنها در زندگی اجتماعی امکان‌پذیر است. همین امر، برقراری دوستی‌ها، ارتباطات و مناسبات جمعی را ضرورت می‌بخشد.

امام علی علیه السلام نداشتن دوست را باعث تنهایی و غربت،<sup>۱</sup> و وجود دوست را از نعمت‌های بزرگ الهی معرفی می‌کند.<sup>۲</sup>

به همین دلیل برقراری ارتباطات مؤثر و دوستی‌های متعارف می‌تواند عامل رشد و ترقی همه‌جانبه افراد محسوب گردد؛ به همان اندازه که می‌تواند در صورت خارج شدن از حدود متعارف موجب هلاکت و نابودی فرد و خانواده شود. پژوهشگران و محققان مهم‌ترین عوامل گرایش فرزندان به دوستان ناباب و فرار از خانه را به شرح زیر بیان کرده‌اند:

کودکی می‌داند. اعمال پدر و مادر، ناخودآگاه بر فرزند اثر می‌گذارد؛ مادری که فرزند خود را می‌ترساند، ناآگاهانه فرزندش را ترسو تربیت می‌کند. کودک، دین خانواده را می‌پذیرد و در عقاید، اخلاق و اعمال از خانواده اثر می‌پذیرد. از این رو پیغمبر اسلام صلی الله علیه و آله فرمود:

كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَى الْفِطْرَةِ حَتَّىٰ يَكُونَ أَبَوَاهُ يَهُودِيَّةً وَ يُنَصْرَانِيَّةً.<sup>۱</sup>

هر نوزادی به فطرت (توحیدی) متولد می‌شود. پدر و مادر او را به یهودیت و نصرانیت گرایش می‌دهند و از راه فطرت منحرف می‌سازند.<sup>۲</sup>

بعضی از جنبه‌های تربیتی تأثیرگذار خانواده عبارت است از:

۱. پایه‌ریزی شخصیت اطفال؛

۲. شکل‌گیری باورهای کودک؛

۳. الگودهی به فرزند؛

۴. تربیت و رشد هماهنگ.

با توجه به تأثیرگذاری خانه و خانواده در تربیت دینی و اخلاقی فرزندان است که آیین اسلام توصیه‌های فراوانی در زمینه خانه و خانواده دارد؛ دستور سالم‌سازی روابط میان زن و شوهر، محبت و دوستی، احترام متقابل، تعاون و همیاری در مسائل زندگی و اداره امور خانواده، فضاسازی معنوی، پرهیز از جدال و بگومگوهای بیهوده در حضور فرزندان همه و همه در راستای تربیت صحیح و اسلامی فرزندان در این کانون مقدس و الهی است.

## ۲. مدرسه

مدرسه مانند خانواده، عامل مهمی در پرورش جسمی و روحی کودکان و نوجوانان است. فضای مدرسه زیر پوشش عناصر گوناگونی از قبیل معلم، مدیر، ناظم، مسئول تربیتی، مستخدم و همکلاسی‌ها قرار دارد که همه آنها می‌توانند

۱. بحارالانوار، ج ۳، ص ۲۸۱.

۲. ر.ک. تعلیم و تربیت اسلامی، ص ۵۹-۶۰.

۱. نهج البلاغه، ص ۱۱۱۵.

۲. غررالحکم، ص ۷۲۴.

مافیا و فراماسونری جهانی که مثلث پلید دشمن با بشریت را تشکیل می‌دهند، رهبری می‌شود. آنها به هر وسیله‌ای متوسل می‌شوند تا کانون خانواده و بنیادهای اجتماعی را که مانع دستیابی آنها به اهداف ضد انسانی می‌باشد، ویران سازند و از این راه به اهداف شوم خود دست یابند.

از سوی دیگر، استعمار با گسترش و پخش برنامه‌های فاسد از طریق ایجاد پایگاه‌های منحرف در اینترنت که به تهیه و توزیع مطالب مبتذل و غیر اخلاقی می‌پردازد در کمین خانواده‌ها نشسته است. شبکه جهانی اینترنت دارای بیش از هشت میلیون سایت مبتذل است و هر کدام از آنها نیز بسان حلقه‌های یک زنجیره به هم پیوسته، بازدیدکننده‌های خود را در معرض انواع انحرافات اخلاقی قرار می‌دهند. پایگاه‌هایی که به عرضه مطالب غیر اخلاقی می‌پردازند، برای جلب بازدیدکننده از شیوه‌های متعددی استفاده می‌کنند که در همه آنها به کنجکاوی نسل نوجوان توجه دارند.

در حال حاضر از بزرگ‌ترین مشکلات خانواده‌ها به ویژه در کشورهای پیشرفته اروپایی و آمریکایی این است که فرزندان‌شان از طریق اینترنت به راحتی به موهن‌ترین تصاویر و غیر اخلاقی‌ترین مطالب دسترسی یافته‌اند. متأسفانه در کشور ما نیز این مصیبت خانوادگی و اجتماعی در حال گسترش است.<sup>۱</sup>

پیدایش انواع جرایم جدید و نوپیدا، بهره‌برداری از فناوری‌های جدید در ارتکاب جرایم سنتی، از پیامدهای دسترسی افراد به اینترنت می‌باشد، اما مهم‌ترین آسیبی که از ناحیه اینترنت متوجه خانواده‌ها است، هرزه‌نگاری است. این جریان ابتذال، گذشته از آسیب‌های عاطفی و روانی احتمالی این تصاویر و نوشتجات بر جوانان و نوجوانان و نیز علاوه بر خطر آسیب‌های جسمانی که به دلیل روابط جنسی مخاطره‌آمیز به وقوع می‌پیوندد، باورهای دینی آنان را نیز لرزان، مخدوش و ویران می‌کند.

۱. غفوری، تأثیرپذیری رایانه و اینترنت در خانواده ایرانی.

۱. فقدان عاطفه و محبت در کانون خانواده‌ها و ناهماهنگی والدین با یکدیگر؛

۲. محبت کاذب و تأمین خواسته‌های جوانان توسط دوستان نامناسب؛

۳. عدم برقراری ارتباط صحیح والدین با فرزندان؛

۴. فراهم نکردن زمینه تربیت صحیح و رهاکردن فرزندان؛

۵. ناآگاهی، عقب ماندگی و ضعف شخصیتی فرزندان و والدین؛

۶. عدم شناخت روحیات فرزندان توسط والدین؛

۷. عدم نظارت کامل خانواده بر روابط اجتماعی فرزندان خود؛

۸. وجود فقر فرهنگی مانع شناخت رفتارهای فرزندان؛

۹. از بین رفتن حرمت و قبح بسیاری از مسائل در برخی خانواده‌ها؛

۱۰. ضعف فرهنگی و انحطاط بنیان‌های خانوادگی و اجتماعی.

۴. فضای سایبری [ماهواره و اینترنت]؛ ماهواره پدیده نوظهوری است که بنیاد اخلاقی جوامع اسلامی و خانواده‌ها را به خطر انداخته است و از جدیدترین سلاح‌ها و حرکت‌های مرموز غرب در رویارویی با مسلمانان به شمار می‌رود. ماهواره آسیب‌هایی همچون روابط نامشروع، خشونت در رفتار، مادی‌گرایی صرف، تجمل‌گرایی، و مصرف‌زدگی را برای خانواده‌ها به دنبال دارد. گسترش برنامه‌های ویرانگر ماهواره‌ای در این عصر، زنجیره‌ای از نبرد میان معنویت و مادیگری و نشان‌گر عمق دشمنی با ارزشهای انسانی و الهی است.

با آغاز عصر تحول در دنیای ارتباطات و به راه افتادن تکنولوژی‌های نوین ارتباطی از جمله ماهواره، غرب به عنوان پیش‌قدم در انتشار فرهنگ ضد دین و ضد اخلاق، با بهره‌گیری از ماهواره و استفاده از راههای تأثیرگذار بر مخاطبین، آن را در جهت پیشبرد مقاصد ضد ارزشی و القای فرهنگ و بینش‌های بنیان‌کن خود به کار گرفت و با ساخت پنهانی فیلم‌های فاسد به توزیع و تکثیر آنها مبادرت ورزید. این جریان از سوی سازمان‌های شناخته‌شده‌ای مانند صهیونیست،

۱۱. قرار دادن رایانه در مکان عمومی که صفحه نمایش آن توسط همه اعضای خانواده قابل رؤیت است؛
۱۲. استفاده از رایانه به صورت مشترک در خانواده؛
۱۳. فراگیری اصول کار با رایانه و آگاهی از توانمندی آن توسط والدین به منظور نظارت و بازبینی اقدامات انجام شده توسط فرزندان هنگام کار با رایانه.<sup>۱</sup>

## ب - آسیب‌های رفتاری

### ۱. نازپروردگی و تنعم؛

افراط در محبت، نوازشهای بی حساب، مانع شدن از برخورد فرزندان با سختی و نازپرورده کردن آنان آسیبهایی جدی بر تربیت دارد و فرزندان را ناتوان بار می آورد و در صحنه زندگی خلع سلاح می کند. از این رو، والدین نباید فرزندان خود را در رفاه بی حد و حصر قرار دهند، بلکه باید آنان را با کار و زحمت و سختی و شدت آشنا سازند. زندگی، سراسر مبارزه با مشکلات است و در راه زندگی پستی ها و بلندی ها، محرومیت ها و ناکامی ها، شکست ها و مصیبت ها بسیار است. مربی لایق کسی است که جسم و جان آدمی را به خوبی پرورش دهد و او را برای مبارزه و مقاومت در صحنه پرفشار زندگی مجهز کند.<sup>۲</sup>

امام کاظم علیه السلام فرمود:

شایسته است که طفل در کودکی با سختی و مشکلات اجتناب نپذیرد  
حیات روبه رو شود تا در بزرگسالی، بردبار و صبور باشد.<sup>۳</sup>

اسلام، پیروانش را از افراط در محبت و نازپرورده کردن فرزندان بر حذر داشته است. آنان که در مهرورزی و محبت فرزندان، زیاده روی می کنند و با

مسئله اصلی این است که دست اندرکاران سایت های مستهجن قصد دارند این قبیل مسائل را جزء اصلی جهان بینی فرد کنند. بی شک تغییر نگرش ها و باورهای شکل گرفته افراد در جهت منفی بسیار آسان تر از القای نگرش های سالم برای رویارویی با آنها است.  
در پیشگیری و درمان از آسیب های مربوط به ماهواره و اینترنت نکات زیر تأثیرگذار است:

۱. افزایش و تقویت باورهای دینی؛
۲. تقویت عناصر فرهنگی و مذهبی در کنار آموزش خانواده های ریشه دار و اصیل؛
۳. ترویج و نشر اخلاق، فضیلت، پاکدامنی، تقوا و پرهیزکاری در خانواده؛
۴. ایجاد زمینه های کار برای جوانان و به کارگیری آنان در کارهای مختلف؛
۵. شناسایی خلاقیت ها، ذوق و سلیقه جوانان در زمینه های مختلف و به کارگیری آنان در زمینه های هنری، فکری، و ورزشی؛
۶. رسیدگی به مشکلات موجود در راه ازدواج جوانان، رفع موانع و فراهم سازی زمینه ازدواج و حل مشکلات اقتصادی آنان از طریق تأسیس هیئت ها و صندوق های قرض الحسنه خانوادگی، تشویق به کنار گذاشتن تشریفات و تجملات؛
۷. تشکیل انجمن ها و گروه های مردمی در مراکز حساس مانند مساجد و حسینیه ها، در جهت آگاه نمودن مردم نسبت به خطرات و دستاوردهای زیانبار ماهواره؛

### ۸. بهسازی محیط خانواده؛

۹. توجه در رسیدگی به مشکلات و نیازهای نوجوانان و جوانان به ویژه از سنین ۱۴-۲۰ سال؛

۱۰. برقراری روابط صمیمانه با فرزندان و تا حد امکان همراهی با آنها جهت جستجو در اینترنت؛

۱. آسیب شناسی خانواده، ص ۱۱۶.

۲. تعلیم و تربیت اسلامی، ص ۱۲۴.

۳. وسائل الشیعه، ج ۵، ص ۱۲۶.

پستی و انحراف را دارند. چنین خانواده‌هایی به دست خود شالوده شخصیت فرزندان خود را ویران می‌کنند و آنان را به وادی انحراف و انحطاط می‌کشانند.<sup>۱</sup> رفتارهای تحقیرآمیز ممکن است با استهزا و تمسخر، ملامت و سرزنش و عیبجویی و ناسزاگویی صورت گیرد. هر یک از این رفتارها شخصیت فرزندان را تخریب می‌کند و سد راه تربیت درست آنها می‌شود. احساس حقارت و خودکمی، ضعف پایه‌های اعتماد به نفس، احساس گناه و شرمندگی، افسردگی و کناره‌گیری از جامعه، کینه‌توزی و گرایش به پلیدی، نفاق و دورویی از جمله پیامدهای نامطلوب این رفتارهاست.

**۳. اجبار و اکراه؛** برخوردهای تحکم‌آمیز و امر و نهی‌های لجاجت‌برانگیز یکی دیگر از روشهای آسیب‌زا در تربیت دینی است. در این روش، والدین به جای صمیمیت و رفاقت با فرزندان آنها را مجبور و ملزم می‌کنند. در خانواده‌هایی که والدین از این روش مستبدانه استفاده می‌نمایند، ارتباط روزمره والدین با فرزندان زورمدارانه است و کودکان باید تنها آنچه را به آنها می‌گویند، انجام دهند. در غیر این صورت، احتمال دارد نخستین واکنش تنبیه بدنی باشد. در این‌گونه خانواده‌ها، توجه به نظریات فرزندان و بحث و گفت‌وگو با آنان درباره مسائل خانوادگی، نادر، بلکه ناممکن است. سخن گفتن والدین با فرزندان بیشتر شکل آمرانه دارد و با انتقاد و تنبیه همراه است تا تمجید و تشویق؛ در حالی که برای در پیش گرفتن رفتار مناسب شیوه هدایتی قرآن کریم، پرهیز از اکراه و اجبار است.<sup>۲</sup>

قرآن کریم راه را نشان می‌دهد و انتخاب را برعهده خود فرد می‌گذارد و تحمیل در پذیرش این دعوت را برنمی‌تابد. در قرآن کریم آمده است:

روش ناپسند خود آنان را به بیماری خودپسندی مبتلا می‌سازند، در تعالیم اسلامی نکوهش شده‌اند؛ چنان‌که امام باقر علیه السلام می‌فرماید:

شَرُّ الْآبَاءِ مَنْ دَعَا الْبُرِّ إِلَى الْإِفْرَاطِ<sup>۱</sup>

بدترین پدران کسی است که در نیکی به فرزند زیاده‌روی کند.

گاه وقتی کودکی با پیشامدی ناخوشایند روبرو می‌شود و برای مثال سرش به دیوار می‌خورد یا به زمین می‌افتد، منتظر واکنش والدین می‌ماند. والدین ناآگاه در این‌گونه موارد با محبت‌های بیجا مانند در آغوش گرفتن، بوسیدن و دست کشیدن بر عضو حادثه‌دیده مراتب ناراحتی و تأثر خود را نشان می‌دهند و برای راضی کردن کودک، گاه زمین و دیوار را کتک می‌زنند. عکس‌العمل طفل در این گونه موارد، گریه و آه و ناله است و از این پس او خود را در برابر هر پیشامدی طلبکار و مستحق نوازش می‌بیند. تکرار چنین محبت‌های بیجایی از طرف والدین، به تدریج خودبینی و خودپسندی را در نهاد کودک رشد می‌دهد و او را لوس و نازپرورده می‌کند.<sup>۲</sup>

**۲. رفتارهای تحقیرآمیز؛** اگر با فرزندان رفتاری تحقیرآمیز داشته باشیم یا پیوسته آنها را سرزنش کنیم و در حضور دیگران به آنها بها ندهیم، به تدریج خود را موجودی بی‌ارزش و بی‌مقدار می‌پندارند و احساس کرامت و شخصیت را از دست می‌دهند. این احساس سرآغاز سقوط و انحطاط است.

در برخی خانواده‌ها، پدر یا مادر با به کار بردن الفاظ طعن‌آمیز و گاه زشت و رکیک، فرزندان خود را در حضور خویش و بیگانه تحقیر می‌کنند. آنان نمی‌دانند که با این کار، در عمل خصوصیت زشت یاد شده را به فرزندان خود تلقین و تزریق می‌کنند و از آنان موجودات بی‌مقداری می‌سازند که آمادگی همه‌گونه

۱. تاریخ یعقوبی، ج ۳، ص ۵۳.

۲. ر.ک. تعلیم و تربیت اسلامی، ص ۱۲۶.

۱. ر.ک. رفتار والدین با فرزندان، ص ۴۲.

۲. ر.ک. روشهای آسیب‌زا در تربیت، ص ۵۳-۵۴.

لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ الْغَيِّ. (بقره: ۲۵۶)

در قبول دین، اکراهی نیست؛ [زیرا] راه درست از راه انحرافی، روشن شده است.

علامه طباطبایی در تفسیر این آیه می‌فرماید:

این آیه «دین اجباری» را نفی می‌کند؛ زیرا دین مجموعه‌ای از معارف علمی است که معارفی عملی را در پی دارد و جامع همه آنها اعتقادات است و اعتقاد و ایمان از امور قلبی است که اکراه و اجبار در آن راه ندارد؛ زیرا اکراه تنها در افعال ظاهری و حرکات مادی و جسمانی مؤثر است و اما اعتقاد قلبی برای خود، علتها و سببهای قلبی دیگر دارد که از سنخ اعتقاد و ادراک است و محال است که برای مثال، جهل، علم را نتیجه دهد و یا مقدمه‌های غیر علمی، تصدیقی علمی را در پی داشته باشد.<sup>۱</sup>

شهید مطهری - که باور دارد مراد از تربیت تحمیل مفاهیم یا رفتارهای خاص نیست بلکه تربیت ایجاد اعتقاد و باور و نشان دادن ایمان در دل است - در این باره می‌نویسد:

ایمان و اعتقاد را که با زور نمی‌شود ایجاد کرد؛ علاقه و مهر و محبت را نمی‌شود با زور ایجاد کرد؛ گرایش باطنی را که به زور نمی‌شود ایجاد کرد... بله؛ می‌شود آن قدر کتک‌زد تا بگوید فلانی را دوست دارم؛ یعنی حرفش را به دروغ بگوید؛ اما اگر تمام چوبهای دنیا را به بدن او خرد بکنند، آیا ممکن است که با چوب، دوستی ایجاد شود؟ چنین چیزی محال است. آن، راه دیگری دارد. راه آن حکمت است. «الموعظة الحسنة» است و جَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ است.<sup>۲</sup>

۱. ر.ک. المیزان، علامه طباطبایی، ج ۲، ص ۳۴۲.

۲. سیره نبوی، شهید مرتضی مطهری، ص ۲۲۵.

تربیت دینی و اخلاقی، زمانی تحقق می‌یابد که برنامه‌های تربیتی با اقبال قلبی فرزندان روبرو شود. اگر چنین اقبالی صورت نگیرد و برنامه‌های تربیتی با روی گردانی و بی‌توجهی روبرو گردد، تربیت ناکام خواهد ماند.

#### ۴. خشونت و سخت‌گیری بیجا؛

خداوند به پیغمبر اکرم ﷺ می‌فرماید:

لَوْ كُنْتَ قَطًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ. (آل عمران: ۱۵۹)

اگر تو بر مردم سخت‌گیر بودی، از پیرامونت پراکنده می‌شدند.

از این آیه برمی‌آید که اگر پیامبر اکرم ﷺ در برخورد با مردم و در اصلاح آنان خشن و سخت‌گیر می‌بود و مدارا نمی‌کرد، قادر نبود آنان را اصلاح کند و باعث می‌شد که مردم از پذیرش اسلام سر باز زنند و از نعمت هدایت محروم گردند. بی‌گمان، این حقیقت را می‌توان در خانواده و تربیت فرزندان نیز یافت. چه بسا افرادی که قربانی خشونت والدین، به‌ویژه پدر، شده و از تربیت سالم محروم گشته‌اند. این‌گونه افراد به علت برخوردهای خشن و مستبدانه، گرفتار عقده حقارت‌اند و همین عقده حقارت، سرچشمه بسیاری از رفتارهای نادرست آنهاست. رفتار خشونت‌آمیز پدر یا مادر فضای خانه را از صمیمیت و همدلی عاری می‌سازد و بذر کینه و دشمنی را در ضمیر فرزندان می‌پاشد. کودکان یا نوجوانان مفتری ندارند و ممکن است در برابر خشونت تسلیم شوند؛ اما آیا این وضع برای همیشه می‌پاید؟ آیا فرزندی که همواره از سخت‌گیری‌های بی‌مورد و خشونت بیجای پدر و مادر در رنج است، می‌تواند رابطه روحی و پیوند عاطفی با آنها برقرار کند و برای همیشه در کنارشان بماند؟<sup>۱</sup>

#### ۵. تبعیض و بی‌عدالتی؛

عکس‌العمل‌های متفاوت در برابر رفتارهای یکسان فرزندان موجب بی‌اعتمادی و کاهش علاقه به پدر و مادر و ایجاد کینه به خواهر یا برادری است که بیش از

۱. ر.ک. رفتار والدین با فرزندان، ص ۴۶-۴۷.

استاد محترم جهت مطالعه بیشتر می‌توانید به منابع زیر مراجعه نمایید.

ردیف	نام کتاب	موضوع	نویسنده	انتشارات
۱	تحکیم خانواده از دیدگاه قرآن و سنت	خانواده	آیت‌الله محمدی ری شهری	دار الحدیث
۲	تربیت دینی فرزندان	تربیت دینی	نعمت‌الله یوسفیان	زمزم هدایت
۳	تربیت فرزند از نظر اسلام	تربیت دینی	آیت‌الله مظاهری	سازمان تبلیغات اسلامی
۴	تربیت کودک در جهان امروز	تربیت دینی	دکتر احمد بهشتی	دفتر تبلیغات اسلامی
۵	خانواده و تربیت کودک	تربیت دینی	دکتر علی قائمی	دفتر تبلیغات اسلامی
۶	آیین تربیت	تربیت دینی	آیت‌الله امینی	انشارات اسلامی
۷	نقش مادر در تربیت کودک	تربیت دینی	دکتر علی قائمی	دفتر تبلیغات اسلامی
۸	شناخت هدایت و تربیت نوجوان و جوانان	تربیت دینی	دکتر علی قائمی	دفتر تبلیغات اسلامی
۹	چیستی تربیت دینی	تربیت دینی	خسرو باقری	مرکز مطالعات اسلامی
۱۰	تعلیم و تربیت اسلامی	مسائل عمومی	سیدعلی اکبر حسینی	علوم انسانی
۱۱	اخلاق در خانواده ج ۱ و ۲	مسائل بین همسران	فاخری و منتظری	زمزم هدایت
۱۲	آسیب‌شناسی خانواده	دوستی و دوست‌یابی	آسیب‌شناسی	دکتر علی قائم

دیگری مورد توجه قرار گرفته یا می‌گیرد. بنابراین والدین باید بکوشند نه تنها از نظر تشویق و تنبیه، بلکه از نظر میزان توجه نیز، با فرزندان خود به عدالت رفتار کنند. اگر بنا به علتی یکی از فرزندان را بیشتر دوست دارند، نباید علاقه خود را آشکار سازند؛ فرزندان به این مسئله بسیار حساس‌اند و تحمل آن برایشان دشوار است. گاه پاره‌ای مشکلات رفتاری در کودکان و نوجوانان ناشی از این است که احساس می‌کنند پدر یا مادر به آنها علاقه و توجه کمتری دارد و چون نمی‌توانند اعتراض خود را آشکارا بیان کنند، آن را به صورت عقده‌ای در دل نگه می‌دارند. پس از چندی این عقده عاطفی به شکلهای گوناگون از قبیل سرکشی، ستیزه‌جویی، اضطراب و غیره بروز می‌کند. گاه این‌گونه اشخاص به افسردگی روحی مبتلا می‌شوند و موفقیت‌های درسی آنان کاهش می‌یابد. برخی از نوجوانان علت انحرافات اخلاقی خود را اضطراب ناشی از همین آسیب ذکر کرده‌اند.

در برخی خانواده‌ها والدین میان دختر و پسر تبعیض قائل می‌شوند و حتی گاه این مسئله را به زبان می‌آورند و از اینکه مثلاً صاحب فرزند دختر شده‌اند، اظهار ناخشنودی می‌کنند و زن را موجودی بدبخت می‌دانند. برخی دیگر جانب دختر را گرفته، در صورت بروز اختلاف، همواره پسر را سرزنش می‌کنند. این‌گونه برخوردها از نظر تربیتی آثار ویرانگری دارد و باید به کلی از آنها پرهیز کرد.

در روایت‌های اسلامی آمده است که وقتی پیامبر اکرم ﷺ [در نقش پدر اُمّت] با یاران خود می‌نشست، حتی در نگاه کردن به آنان نیز مساوات را ارج می‌نهاد و نگاه خود را برابر میان اصحاب تقسیم می‌کرد؛ در صورتی که می‌دانیم آنان از لحاظ معنوی در یک سطح نبودند و علاقه پیامبر به آنان نیز به یک اندازه نبود.<sup>۱</sup> روزی مردی در حضور پیامبر اکرم ﷺ یکی از دو پسر خود را بوسید. پیامبر ﷺ اعتراض کرد و فرمود: «چرا میان آنان به مساوات رفتار نمی‌کنی؟!»<sup>۲</sup>

۱. ر.ک. سنن النبی ﷺ، علامه سید محمدحسین طباطبایی، ترجمه عباس عزیزی، ص ۸۶.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۲۰۴.

بخش سوم

مشاوره خانواده ۳

---

درس اول:

## آشنایی با فنون مشاوره و ارتباط با نوجوانان و جوانان

تذکر کلی: استاد محترم هدف کلی در این درس آشنایی فراگیران با مسائل کلی مشاوره در سن جوانی و نوجوانی است تا پاسداران با فراگیری عناوین مطرح شده، بتوانند رفتار فرزندان خود را مدیریت کنند و آنها را در مسیر درست و مورد قبول خداوند هدایت نمایند. لازم به ذکر است عناوین ارائه شده طرح درس می‌باشد؛ برای توضیح بیشتر به کتاب‌های معرفی شده در پایان مراجعه نمایید.

از نظر واژه‌شناسی، مشاوره به مجموعه فعالیت‌هایی اطلاق می‌شود که در جریان آن، فرد را در غلبه بر مشکلاتش یاری می‌دهند. در طی فرایند مشاوره، فردی که نیاز دارد (مُراجع) و فردی که حمایت، راهنمایی و ترغیب فراهم می‌کند (مشاور) با یکدیگر ملاقات، بحث و گفت‌وگو می‌کنند به نحوی که مراجع نسبت به توانایی خود برای درک واقع‌بینانه و جامع‌تر مسئله، یافتن راه‌حل‌ها، و تصمیم‌گیری برای حل مشکل آگاهی لازم را به دست می‌آورد.

مشاوره انجام چیزی برای کسی نیست، بلکه یک فرایند تعاملی و پویاست که با گفت‌وگو درباره نگرانی‌ها، مسائل، روابط، باورها، احساسات و رفتارها آغاز می‌شود؛ از این طریق چارچوب و ابعاد مسئله‌ای که مراجع درک کرده مشخص،



مصاحبه محدود است و مصاحبه کننده پرسش‌های خود را در محدوده معین و مشخصی مطرح می‌سازد.

مصاحبه، هم‌چنین می‌تواند مشاوره‌ای باشد که در آن مراجع و مشاور برای حل مشکلی، به گفتگو می‌نشینند. این نوع مصاحبه، آزاد است و در آن قید و شرطی وجود ندارد و پرسش‌ها و پاسخ‌ها از انعطاف بیشتری برخوردارند. انجام مصاحبه مشاوره‌ای به مکانی امن و آرام نیاز دارد و در آن ایجاد رابطه حسنه مشاوره‌ای بین مشاور و مراجع ضروری است. چنانچه مشاور نتواند با مراجع رابطه‌ای گرم و پذیرا برقرار سازد، مصاحبه با موفقیت چندانی همراه نخواهد بود.

گوش دادن فعال به گفته‌های مراجع و طرح سؤالات روشن و مشخص بالحنی دوستانه، برای ادامه مصاحبه ضروری است. برای جمع‌آوری اطلاعات، مشاور باید طرحی داشته باشد تا در جریان مصاحبه دچار سردرگمی نشود. مشاور در جریان مصاحبه نباید یادداشت‌برداری کند بلکه بلافاصله پس از پایان جلسه مصاحبه می‌باید مطالب جلسه را بنویسد. برخی مطالب مطرح شده در جلسه مصاحبه محرمانه هستند و مشاور نباید آنها را با کسی در میان گذارد.

### ۳. آزمون‌های روانی

روان‌آزمایی، روشی است عینی و استاندارد که برای اندازه‌گیری نمونه‌ای از رفتار یا خصایص آدمی به کار می‌رود. در این تعریف، منظور از «عینی» آن است که روش اجرا، نمره دادن و تعبیر و تفسیر نتایج آزمون بر اساس قواعدی معین و مشخص صورت می‌گیرد و قضاوت و نظر شخصی در آنها بی‌تأثیر است. برای هر آزمون دستورالعمل خاصی در مورد نحوه اجرا، طول مدت آزمایش، دستورالعمل‌های شفاهی و نحوه ارائه مثال‌ها و روش تفسیر نمره‌ها تهیه می‌شود. اصطلاح «استاندارد شده» بدین معناست که آزمون قبلاً در مورد گروه نمونه‌ای از

یا به شیوه‌ای کارساز، بازنمایی و تعریف می‌گردد و در طی آن، راه‌حل‌های جدید تکوین یافته و مراجع برای انتخاب راه حل مناسب، و نیز تصمیم‌گیری و اجرای آن یاری و حمایت می‌شود.<sup>۱</sup>

مهم‌ترین فنون مشاوره عبارتند از: مشاهده، مصاحبه، آزمون‌های روانی و تنظیم شرح حال، مقابله با مقاومت که هر کدام بدین شرح ارائه می‌شوند:

#### ۱. مشاهده

مشاهده از مهم‌ترین فنون شناخت و پایه روش‌های ارزیابی غیرتستی به‌شمار می‌رود. مشاوران از این راه می‌توانند علایق، خصوصیات شخصیتی و رفتاری فرد را درک و استعدادها و ویژه او را دریابند. مهارت در این مورد احتیاج به تمرین دارد و باید افراد را در شرایط مختلف و طبیعی مورد مشاهده قرار داد.

موقعیت، زمان و محل مشاهده مهم است. مشاهده احتیاج به طرح‌ریزی و فکر منظم دارد و باید بر اساس اصول مشخص و روش‌های معینی انجام گیرد و این کار از هر معلم متوسط، تازه کار و تعلیم‌ندیده ساخته نیست.

#### ۲. مصاحبه

یکی از مهم‌ترین فنون مشاوره و راهنمایی، مصاحبه است. مصاحبه، رابطه حضوری مشاور و مراجع است که برای نیل به هدفی معین انجام می‌شود. این شیوه، با وجود صرف هزینه و وقت زیاد، روش مناسب و مطلوبی برای شناسایی و کسب اطلاعات در زمینه رفتارهای عادی و غیرعادی مصاحبه‌شونده به‌شمار می‌آید. مصاحبه، ممکن است به خاطر حقیقت‌یابی و تأیید یا تکذیب اطلاعات قبلی و یافتن پاسخ برای نکات مبهم و ناشناخته انجام پذیرد. این نوع

۱. صافی، احمد، اصول و فنون مشاوره و راهنمایی [در آموزش و پرورش]، تهران: دفتر تحقیقات و برنامه‌ریزی درسی، وزارت آموزش و پرورش؛ ۱۳۶۸، ص ۹۹-۱۱۴.

## ۵. مقابله با مقاومت

مقاومت عبارت از ایستادگی و سرسختی مراجع در جلسه مشاوره است که مانع پیشرفت جلسه مشاوره به سوی اهداف تعیین شده می شود. مقاومت ممکن است بر اثر عوامل درونی و یا بیرونی و یا ترکیبی از هر دو به وجود آید. مقاومت به هر دلیلی که ایجاد شود مانعی برای انجام مشاوره مؤثر و مفید به شمار می رود.

با مشاهده رفتار مراجع در جلسه مشاوره، می توان به مقاومت او پی برد. مراجع مقاوم یک یا چند مورد از رفتارهای زیر را از خود بروز می دهد:

۱. از مشاور و نحوه مشاوره او به شدت انتقاد می کند؛

۲. از نتایج احتمالی مشاوره ناراضی است؛

۳. به گفتار و پیشنهادهای مشاور توجه نمی کند؛

۴. در وقت تعیین شده برای مشاوره حاضر نمی شود؛

۵. می کوشد احساسات خود را پوشیده نگه دارد و موضوع مشاوره را ذهنی کند؛

۶. در جلسه مشاوره به سکوت طولانی می پردازد؛

۷. به روان شناسی و نتایج آن اعتقاد و ایمان چندانی ندارد؛

۸. می خواهد جلسه مشاوره را هر چه زودتر به پایان برساند؛

۹. موضوعات نامربوط را در جلسه مشاوره مطرح می سازد؛

۱۰. هیچ گونه ارتباط منطقی بین گفتارش وجود ندارد؛

۱۱. از مشاور توقع بیجا و انتظار معجزه دارد.

**نکته اول:** مقاومت مراجع دامنه گسترده ای دارد و از عدم پذیرش مشاور توسط مراجع تا بی توجهی و بی میلی نسبت به ادامه جلسه مشاوره در تغییر است.

نوع مقاومت مراجع به شرح زیر طبقه بندی می شود:

۵- ۱. مقاومت کامل؛ مراجع در این نوع مقاومت، نحوه مشاوره، عقاید

مشاور، و خود مشاور را قبول ندارد و برای ادامه مشاوره رغبتی نشان نمی دهد

و می کوشد به هر صورت ممکن، جلسه مشاوره را هر چه زودتر به پایان برساند.

افراد مورد نظر در بوته آزمایش گذاشته شده و نتایج پژوهش های مربوط به آن از راه روش های آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته و اعتبار آن تعیین شده است؛ افزون بر اینکه دارای هنجارهایی است که نمره های خام آزمون بر مبنای آنها تعبیر و تفسیر می شوند.

مقصود از «نمونه ای از رفتار یا خصایص» آن است که در هر آزمون، نمونه های کوچکی از رفتار یا خصایص فرد که به دقت انتخاب شده است، مورد مشاهده و اندازه گیری قرار می گیرد؛ به عنوان مثال روان شناس برای اندازه گیری استعداد ریاضی یک فرد می تواند نمونه هایی از توانایی وی را در حل مسائل، محاسبات کمتی یا استدلال ریاضی مورد مطالعه قرار دهد.<sup>۱</sup>

## ۴. شرح حال نویسی

یکی از فنون که می تواند ما را در مطالعه زندگی و شناخت بهتر فرد کمک کند، شرح حال نویسی است. شرح حال نویسی گزارشی است که فرد درباره زندگی خود به طور کتبی می دهد. این گزارش، ممکن است مربوط به گذشته، حال یا آینده باشد؛ درباره گذشته مثل تجربیات دوران طفولیت یا دوران دبستانی، در مورد حال مانند مطالبی مربوط به علایق و خصوصیات دانش آموز، راجع به آینده مثل طرح ریزی های شغلی و معاشی.

یکی از خصوصیات شرح حال نویسی آن است که فرد در مورد خود به تفکر و بررسی می پردازد و در خودشناسی یاری می شود. در ضمن اطلاعاتی که از طریق شرح حال نویسی به دست می آید می تواند بهتر از سایر فنون، ما را در شناخت حالات عاطفی و نگرشها و سایر خصوصیات شخصی افراد کمک کند.

۱. پاشاشریفی، حسن، اصول روان سنجی و روان آزمایی، تهران، رشد، ۱۳۷۷، چاپ پنجم، ص ۲۸.

**نکته سوم:** مقاومت مراجع، عامل مزاحمی برای تداوم مشاوره به شمار می‌رود و مشاور باید بتواند به موقع با آن برخورد درستی داشته باشد. در این بخش به برخی از روش‌های برخورد و حذف مقاومت اشاره می‌شود:

- **گوش دادن فعال؛** احساس خصومت مراجع و عدم پذیرش او توسط مشاور، یکی از علل ایجاد مقاومت در مراجع است. اگر مشاور روشی را در پیش گیرد که مراجع نسبت به او احساس دوستی و صمیمیت کند، از میزان خصومت مراجع کاسته خواهد شد و در نتیجه مقاومت از بین خواهد رفت. مشاور از طریق گوش دادن فعال، پذیرش مراجع، و انعکاس احساسات او می‌تواند مقاومت مراجع را کاهش دهد.

- **گفتگوی معمولی؛** اگر مقاومت مراجع شدید باشد، بهتر است مشاور گفتگوی جلسه را از حالت مشاوره خارج سازد و درباره موضوعات معمولی و روزمره صحبت کند. در این حالت، ممکن است از مقاومت مراجع کاسته شود و او به تدریج آمادگی بحث درباره مشکلش را به دست آورد.

- **تجزیه و تحلیل علل مقاومت؛** چنانچه پس از انجام روش‌های فوق، موفقیتی در زمینه کاهش مقاومت مراجع نصیب مشاور نشود، باید به تجزیه و تحلیل علل مقاومت اقدام گردد. پس از تشخیص علل، مشاور و مراجع در صدد رفع آنها برآیند.

- **ختم جلسه؛** در صورتی که هیچ‌کدام از روش‌های فوق در کاهش مقاومت مراجع مؤثر نیفتد، بهتر است جلسه مشاوره خاتمه یابد و مراجع در صورت توافق، نزد مشاور دیگری ارجاع داده شود؛ زیرا با تضعیف رابطه حسنه بین مراجع و مشاور، ادامه جلسه مشاوره نفعی نخواهد داشت.

در صورت ادامه مشاوره و افزایش مقاومت، مراجع ممکن است نسبت به مشاور رفتار خصومت آمیزی در پیش گیرد.

۵-۲. **مقاومت نسبی؛** در این حالت مقاومت مراجع، تا حدی پوشیده است و مراجع عقاید و پیشنهادهای مشاور را به طور ضمنی تکذیب می‌کند، به طور آزادانه و عمیق با مشاور حاضر به گفتگو درباره مشکلش نیست، و محتوای گفتارش مملو از مطالب ضد و نقیض است.

۵-۳. **بی میلی؛** در این حالت، مقاومت مراجع نسبتاً کم است و مراجع در جلسه مشاوره، ابتکار چندانی از خود بروز نمی‌دهد و پیشنهادهای و گفتار مشاور را با اکراه و بی میلی تا حدودی می‌پذیرد.

**نکته دوم:** مقاومت مراجع در جلسه مشاوره علل گوناگونی دارد؛ عوامل بیرونی و درونی و ترکیبی از آنها. مشاور باید هر دسته از این عوامل را به خوبی بشناسد تا بتواند برای رفع آنها به موقع اقدام کند. عوامل مذکور در سه فاز مورد اشاره قرار می‌گیرد:

- **عوامل بیرونی؛** از عوامل بیرونی که باعث ایجاد مقاومت در مراجع می‌شوند می‌توان عوامل ناراحت‌کننده محیطی و رفتارهای نامناسب مشاور در جلسه مشاوره را نام برد. هرگاه مراجع در اطاق مشاوره به دلایلی احساس ناراحتی کند، یا اینکه به نوعی از مشاور و پاسخ‌های او ناراضی باشد، عکس‌العمل خود را از طریق مقاومت بروز خواهد داد.

- **عوامل درونی؛** عوامل درونی ایجادکننده مقاومت، به خود مراجع مربوط می‌شوند و در وجود او قرار دارند. ترس از حل نشدن مشکل و یا بدتر شدن وضع و ترس از پذیرفته نشدن توسط مشاور از علل درونی ایجادکننده مقاومت مراجع به شمار می‌روند.

- **عوامل مختلط؛** این عوامل نظیر خستگی، بیماری، نقص عقلی، و عدم برقراری ارتباط کلامی بین مراجع و مشاور، ترکیبی از عوامل درونی و بیرونی هستند که مقاومت مراجع را برانگیزند.

درس دوم:

## مشاوره تحصیلی، شغلی و ازدواج

استاد محترم هدف کلی در این درس آشنایی فراگیران با مسائل کلی مشاوره در زمینه شغل، تحصیل، و ازدواج می‌باشد تا پاسداران با فراگیری عناوین مطروحه بتوانند مشاوره‌های خوبی در رابطه با انتخاب شغل و همسر و رشته تحصیلی بدهند.

موضوع راهنمایی، شامل همه ابعاد زندگی مراجعه کننده می‌شود، ولی مهم‌ترین مسائل مشاوره و راهنمایی از نظر موضوع عبارتند از: مشاوره تحصیلی، شغلی و ازدواج که هر کدام بدین شرح می‌باشند:

### مشاوره تحصیلی

در راهنمایی و مشاوره تحصیلی، به فرد کمک می‌شود تا شیوه‌های صحیح مطالعه و تمرین دروس را بیاموزد و نحوه استفاده از منابع را یاد بگیرد و باروش خلاصه کردن کتابها و یادداشت‌برداری آشنا شود، و از قوانین و مقررات آموزشی و امتحانی مدارس و آموزشگاه‌ها، اطلاع پیدا کند و رشته تحصیلی مناسب با علاقه و استعداد خود را انتخاب نماید.

## مشاوره شغلی

در راهنمایی شغلی و حرفه‌ای، به فرد کمک می‌شود تا به لزوم اشتغال در مشاغل مشروع برای ادامه زندگی فرد و جامعه و اهمیت مشاغل مفید در جامعه پی ببرد و با آشنایی با مشاغل مختلف مورد علاقه و استعدادش، هدایت یابد و مشکلاتش برطرف گردد. مهم‌ترین عناوین آن عبارتند از:

۱. آگاه‌سازی نسبت به مشاغل حرام و حلال؛ فعالیت‌های تجاری و اقتصادی اگر بر طبق معیارها و ضوابط شرعی و فقهی صورت نگیرد، از سوی اسلام به رسمیت شناخته نمی‌شود؛ نه خریدار، مالک کالای مورد معامله می‌شود و نه فروشنده مالک بهای آن می‌گردد و در نتیجه هیچ‌کدام، حق تصرف در آنها را پیدا نمی‌کنند. تکرار چنین معاملاتی سبب می‌شود که به تدریج همه اموال و دارایی‌های شخص، آمیخته به حرام شده و او در استفاده از آنها از نظر شرعی با اشکال مواجه شود.

این آلودگی، آثار وضعی نابهنجاری در ابعاد گوناگون، بر انسان و زندگی او باقی می‌گذارد که پیامدهای سوء روحی، تربیتی و اخلاقی از جمله آنهاست.

استفاده از مال آمیخته به حرام، سبب قساوت قلب، پلیدی روح و تضعیف ملکات فاضله در روان انسان می‌شود، لذت و شیرینی عبادت و مناجات با خدا را از کام جانش می‌زداید و زشتی‌گناه را در نظر او کوچک و کم‌اهمیت جلوه می‌دهد.

تنها راه رهایی از چنین گرداب خطرناکی این است که هر کس قصد ورود در فعالیت‌های اقتصادی و مبادلات بازرگانی [حتی در سطحی محدود] را دارد، ابتدا با آداب و احکام تجارت از نظر اسلام آشنا شود و نکات دقیق مربوط به صحت و بطلان داد و ستدها را در حد لزوم و کفایت فرا بگیرد.

پیشوایان بزرگوار اسلام در این زمینه، دستورات اکیدی به پیروان خود داده‌اند و همواره آنان را از کسب و تجارت، بدون آگاهی از احکام شرعی مربوط به آن باز داشته‌اند؛ حضرت علی علیه السلام بر فراز منبر می‌فرمود:

يَا مَعْشَرَ التَّجَارِ! الْفِقْهُ ثُمَّ الْمَتَجَرُّ، الْفِقْهُ ثُمَّ الْمَتَجَرُّ، الْفِقْهُ ثُمَّ الْمَتَجَرُّ.<sup>۱</sup>

ای گروه تجار، اول فقه [فراگیری احکام تجارت]، سپس تجارت! [و این جمله را سه بار تکرار فرمود].

امام صادق علیه السلام نیز می‌فرماید:

مَنْ ارَادَ التَّجَارَةَ فَلْيَتَفَقَّهْ فِي دِينِهِ، لِيَعْلَمَ بِذَلِكَ مَا يَحِلُّ لَهُ وَمَا يَحْرُمُ عَلَيْهِ، وَمَنْ لَمْ يَتَفَقَّهْ فِي دِينِهِ ثُمَّ اتَّجَرَ تَوَرَّطَ فِي الشُّبُهَاتِ.<sup>۲</sup>

هر کس بخواهد بازرگانی کند، باید با احکام دینش - در مورد تجارت - آشنا شود، تا حلال و حرام را از هم تشخیص دهد، و کسی که پیش از این فراگیری، به امر بازرگانی مبادرت کند، در ورطه شبهات فرو خواهد افتاد.<sup>۳</sup>

۲. آشنایی با واجبات مالی: اشاره شد که فرد مسلمان برای فعالیت اقتصادی،

باید درآمدهای حلال و حرام را بشناسد و سعی نماید شغلی که انتخاب می‌کند در آمد آن حلال باشد. شارع مقدس برای همین در آمد حلال، قوانینی وضع نموده است که در فقه اسلامی، از آن تعبیر به واجبات مالی می‌شود. در حقیقت یک مسلمان شیعه، علاوه بر نفقه باید درصدی از درآمد حلال خود را به امام (خمس) و فقرا (زکات) بپردازد.

نفقه در لغت به معنای هزینه و خرجی است<sup>۴</sup> و در اصطلاح فقه، مالی را گویند که برای ادامه زندگی بر حسب حال اشخاص لازم است، و آن، عبارت است از خرج خوراک، پوشاک و مسکن.

برای نمونه تأمین نفقه همسر از نظر اسلام وظیفه‌ای است که بر دوش مرد نهاده شده است. اگر مرد از زیر بار این وظیفه شانه خالی کند و نفقه ندهد،

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۲، ص ۲۸۲.

۲. همان، ص ۲۸۳.

۳. اخلاق اقتصادی، ج ۱، ص ۴۳.

۴. لغت‌نامه دهخدا، ج ۴۸، واژه نفقه.

علاوه بر اینکه گناهکار می باشد، زن حق دارد اقامه دعوا کند و در صورت اثبات، نفقه خود را از مرد بگیرد. امام صادق علیه السلام کوتاهی در تأمین هزینه زندگی همسر و افراد تحت تکفل خود را گناه شمرده، می فرماید:

كُنِيَ بِالْمَرْءِ أَمَّا أَنْ يُصَيِّحَ مَنْ يَعُولُهُ<sup>۱</sup>

برای گناهکاری مرد همین بس که در تأمین مخارج افراد تحت تکفل خود کوتاهی کند.

نمونه دیگر از نفقه واجب این است که در برخی مواقع بر مرد لازم است تا مخارج نزدیکان خود از قبیل پدر و مادر و اجداد پدری و مادری - هر قدر بالا روند -، فرزندان و نوه ها - هر قدر پایین روند - را بپردازد زن باشند یا مرد، بزرگ باشند یا کوچک، مسلمان باشند یا کافر.<sup>۲</sup> چنین نفقه ای با دو شرط واجب می شود:

۱. نامبردگان فقیر بوده و قادر نباشند باکاری که مناسب شأن آنان است مخارج خویش را تأمین کنند.

۲. نفقه دهنده بعد از نفقه خود و همسر دایمی اش قادر بر خرجی آنها باشد.

## مشاوره در تشکیل خانواده

در راهنمایی خانوادگی، به افراد کمک می شود تا با چگونگی تشکیل خانواده و روابط سالم بین اعضای خانواده، آشنا شود و مشکلات اعضای خانواده با راهنمایی رفع گردد.

اگر انتخاب همسر با معیارهای درست صورت پذیرد و به مسائل سطحی و زودگذر، احساسات و عواطف صوری توجه نگردد، ریشه بسیاری از اختلافات خانوادگی برطرف می شود. از این رو، توجه به ملاکهای ارزشمند در انتخاب همسر، بسیار ضروری است. در اسلام و روایات معصومین علیهم السلام

معیارهای گوناگونی در زمینه گزینش همسر ارائه شده است که مهم ترین آنها عبارتند از:

۱. دینداری؛ تدین همسر از اهمیت بسیاری برخوردار است و تأثیر بسزایی در سعادت زندگی خانوادگی دارد. بدون این معیار، ارزشهای اخلاقی همچون صداقت، وفا، گذشت و فداکاری در زندگی قابل پیاده شدن نیست. در روایات اولیای گرامی اسلام به این نکته بسیار عنایت شده است؛ چنانکه رسول خدا صلی الله علیه و آله پس از برشمردن انگیزه های مختلف در گزینش همسر به اهمیت دینداری و متدین بودن او اشاره کرده، می فرماید:

تُنكِحُ الْمَرْأَةَ عَلَى ارْبَعٍ خِلَالٍ: عَلَى مَالِهَا، وَعَلَى دِينِهَا، وَعَلَى جَاهِهَا، وَعَلَى حَسَنِهَا وَنَسَبِهَا، فَعَلَيْكَ بِذَاتِ الدِّينِ.<sup>۱</sup>

زن را به چهار چیز کابین می بندند: ثروت، دین، زیبایی و حسب و نسبش؛ پس بر تو باد به ازدواج با زن دیندار.

همسر متدین در زندگی سودمندتر از همسر زیبا، ثروتمند، یا دارای حسب و نسب، ولی غیر متدین است. از این رو، شایسته است که در گزینش همسر، زیبایی ظاهری، ثروت و حسب و نسب، دینداری او را تحت الشعاع قرار ندهد. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

مَنْ تَزَوَّجَ امْرَأَةً لَا يَتَزَوَّجُهَا إِلَّا لِجَاهِهَا لَمْ يَرَ فِيهَا مَا يُحِبُّ، وَمَنْ تَزَوَّجَ لِمَالِهَا لَا يَتَزَوَّجُهَا إِلَّا وَكَلَهُ اللَّهُ إِلَيْهِ، فَعَلَيْكُمْ بِذَاتِ الدِّينِ.<sup>۲</sup>

کسی که تنها به جهت زیبایی زن با او ازدواج کند به خواسته خود نمی رسد و کسی که به خاطر ثروتش با او ازدواج کند، خداوند او را به خودش وامی گذارد. پس بر شما باد به ازدواج با زن متدین.

۱. کنز العمال، ج ۲۱، ص ۲۱۶.

۲. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۵.

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۲۵۱.

۲. استفتانات، ج ۳، ص ۳۱۹، س ۱.

۲. اخلاق؛ اخلاق هر انسانی تأثیر مستقیم در زندگی او دارد. این تأثیر در محیط خانواده محسوس تر و نقش آفرین تر است؛ زیرا مسائل عاطفی در خانواده بر مسائل دیگر غلبه دارد و محیط خانواده بیشتر بر مبنای خصوصیات اخلاقی اعضای آن شکل می گیرد، تا عوامل دیگر. اگر اعضای خانواده از اخلاقی نیکو بهره مند باشند، محیط خانواده تبدیل به بهشتی سرور انگیز می شود و چنانچه به بد اخلاقی خو گرفته باشند، همواره خود را در جهنمی سوزان گرفتار خواهند دید. بنابراین، می توان گفت که اخلاق پسندیده پس از مسئله دینداری از جمله عوامل خوشبختی زن و شوهر است و نقش تعیین کننده ای در زندگی مشترک آن دو ایفا می کند؛ چنان که امام علی علیه السلام فرمود:

بِحُسْنِ الْأَخْلَاقِ يَطْيَبُ الْعَيْشُ.<sup>۱</sup>

با خوش اخلاقی، زندگی نیکو و مطلوب می گردد.

همسر بد اخلاق و ناسازگار، مایه غم و کدورت گردیده، طراوت و شادابی را از آدمی می رباید. پیامبر گرامی صلی الله علیه و آله اینگونه دعا می کرد:

اللَّهُمَّ اِنِّي اَعُوْذُ بِكَ... مِنْ زَوْجَةٍ تُشِيْبُنِي قَتْلَ اَوَانٍ مَشِيْبِي.<sup>۲</sup>

خدایا! به تو پناه می برم از همسری که قبل از رسیدن پیری، پیرم کند.

۳. اصالت خانوادگی؛ محیط خانواده اولین عرصه شناخت انسان از جهان

است و روحیات و اخلاق انسان از این محیط تأثیر می پذیرند. بنابراین، برای شناخت همسر باید از خانواده او آگاهی کافی داشت. بر این اساس، توجه به نجابت، ایمان، عفاف و دیگر صفات خانواده همسر که در شکل گیری شخصیت او مؤثر هستند، ضرورت پیدا می کند. البته نمی توان منکر وجود افراد شایسته در میان خانواده های ناصالح بود، اما چنین افرادی به ندرت یافت می شوند؛ زیرا

۱. شرح غرر الحکم و دررالکلم، آمدی، ج ۳، ص ۳۲۸.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۲۲.

به هر حال، بقایای آثار منفی خانواده در زوایای وجود انسان می ماند و به گونه ای او را تحت تأثیر قرار می دهد.

از این رو اسلام به دختران و پسرانی که در صدد ازدواج هستند، توصیه کرده است که درباره ریشه خانوادگی همسران آینده خود تحقیق لازم و کافی کنند و تا حد امکان با خانواده های شریف، بزرگوار و آبرومند پیوند خویشاوندی برقرار نمایند. رسول خدا صلی الله علیه و آله می فرماید:

تَزَوَّجُوا فِي الْحِجْزِ الصَّالِحِ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ.<sup>۱</sup>

در خانواده اصیل و شایسته ازدواج کنید، زیرا عرق (نطفه و ژنها) تأثیر می گذارد.

از این حدیث استفاده می شود که یکی از حکمت های توجه به اصالت خانوادگی در انتخاب همسر این است که بیشتر دخترانی که در خانواده های شریف و آبرومند تربیت می شوند، همچون پدران و مادرانشان به آداب و رسوم دینی و موازین اخلاقی بیشتر مقتید خواهند بود و زمینه سعادت و خوشبختی در آنها آماده تر است؛ چرا که تأثیر عامل وراثت از دیدگاه اسلامی به عنوان یک عامل زمینه ساز در تربیت صحیح و اسلامی مقبول و پذیرفته شده است. همان حضرت در سخنی دیگر چنین هشدار می دهد:

اَيُّهَا النَّاسُ! اَيَّاكُمْ وَ خَضْرَاءَ الدَّمَنِ، قِيلَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ وَ مَا خَضْرَاءُ الدَّمَنِ؟ قَالَ: الْمَرْأَةُ الْحَسَنَاءُ فِي مَنَبَتِ السُّوءِ.<sup>۲</sup>

«ای مردم! از سبزه هایی که در زمینه های آلوده می روید، بپرهیزید.»  
پرسیدند: ای رسول خدا! [منظور از] سبزه های روییده در زمینه های آلوده چیست؟ حضرت پاسخ داد: «زن زیبایی است که در خانواده ای بد، تربیت شده باشد».

۱. کنز العمال، ج ۱۶، ص ۲۹۶.

۲. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۲.

۴. کفو بودن؛ منظور از «کفو بودن»، هم‌شان بودن و هم‌سطح بودن زن و شوهر است، و آن از نظر شرع عبارت از مساوات در دین، و از نظر عرف، مساوات در حسب و نسب، ثروت، شرف و مانند اینها.<sup>۱</sup>

کفو بودن از نظر اسلام اهمیت بسیاری دارد. قرآن کریم درباره لزوم رعایت این معیار مهم می‌فرماید:

الْخَيِّثَاتِ لِلْخَثِیْنِ وَالْخَثِیُّونَ لِلْخَيِّثَاتِ وَالطَّيِّبَاتِ لِلطَّيِّبِیْنَ وَالطَّيِّبُونَ لِلطَّيِّبَاتِ. (نور: ۲۶)

زنان ناپاک از آن مردان ناپاکند و مردان ناپاک نیز به زنان ناپاک تعلق دارند، و زنان پاک از آن مردان پاک، و مردان پاک از آن زنان پاکند.

اگر دختر و پسر هم‌شان یکدیگر باشند و همدیگر را درک کنند، همچون دو کفه ترازو در هر شرایطی در کنار هم خواهند بود و هیچ ناراحتی و کمبودی نمی‌تواند زندگی آنها را از هم فروپاشد. در روایات اسلامی روی این معیار تأکید فراوانی شده است؛ رسول خدا ﷺ می‌فرماید:

اِذَا جَاءَكُمُ الْأَنْكَاءُ فَانْكِحُوهُنَّ وَلَا تَرْبِّصُوا بِهِنَّ الْخُدَّانَ.<sup>۲</sup>

وقتی اشخاص هم‌شان برای خواستگاری آمدند، دخترتان را به آنها بدهید و منتظر حوادث نباشید.

در جای دیگر می‌فرماید:

رَوِّجُوا الْأَنْكَاءَ وَتَزَوَّجُوا الْأَنْكَاءَ.<sup>۳</sup>

به اشخاص هم‌شان زن بدهید و از آنها [نیز] زن بگیرید.

کفو بودن در موارد ذیل متصور است:

- کفو بودن در دین و ایمان: رسول خدا ﷺ می‌فرماید:

الْمُؤْمِنُ كُفُوُ الْمُؤْمِنَةِ وَالْمُسْلِمُ كُفُوُ الْمُسْلِمَةِ.<sup>۱</sup>

مرد مؤمن هم‌شان زن مؤمن و مرد مسلمان [نیز] هم‌شان زن مسلمان است.

- کفو بودن در اخلاق: امام باقر ؑ به نقل از رسول خدا ﷺ می‌فرماید:

اِذَا جَاءَكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ خُلُقَهُ وَدِينَهُ فَرَوْجُوهُ إِلَّا تَفْعَلُوهُ تَكُنَّ فِتْنَةٌ فِي الْأَرْضِ وَفَسَادٌ كَبِيرٌ.<sup>۲</sup>

هرگاه کسی برای خواستگاری نزد شما آمده که اخلاق و دینش را می‌پسندید

به او زن بدهید و گرنه فتنه و فساد بزرگی در زمین به وجود می‌آید.

و امام صادق ؑ در این باره می‌فرماید:

الْكُفُوُ أَنْ يَكُونَ عَقِيفًا وَعِنْدَهُ يَسَارٌ.<sup>۳</sup>

هم‌شان بودن [در ازدواج] عبارت از پاکدامنی و امکان تأمین زندگی است.

- کفو بودن در معرفت و آگاهی: امام صادق ؑ می‌فرماید:

أَنَّ الْعَارِفَةَ لَا تُوَضَّعُ إِلَّا عِنْدَ عَارِفٍ.<sup>۴</sup>

زن آگاه و با معرفت، باید همسر مرد آگاه و با معرفت گردد.

## برگزاری مراسم ازدواج

در احادیث اهل بیت ؑ به انتخاب ایام خجسته (روز جمعه) و اجتناب از ازدواج در ایام خاص، آشکار کردن ازدواج و برپایی جشن و ولیمه دادن در مراسم عروسی سفارش شده است و در سفارش‌های رسول خدا ﷺ به امام علی ؑ توصیه‌هایی پیرامون استقبال از عروس آمده است؛ رسول خدا ﷺ می‌فرماید:

۱. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۴۴.

۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۵۱.

۳. همان.

۴. فروع کافی، ج ۵، ص ۳۵۰.

۱. ر.ک. فرهنگ معارف اسلامی، سید جعفر سجادی، واژه کفایت.

۲. نهج الفصاحه، مترجم، ابوالقاسم پاینده، ص ۳۷.

۳. همان ۳ ص ۳۵۷.



أَشِيدُوا بِالنَّكَاحِ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ<sup>۱</sup>

در نکاح کردن بکوشید و در بین خودتان آن را آشکار نمایید.

و حضرت صادق علیه السلام می فرماید:

زُقُوا عَرَائِسَكُمْ لَيْلًا وَأَطْعِمُوا ضُحَى<sup>۲</sup>.

عروسان را شب به خانه داماد ببرید و ولیمه عروسی را روز بدهید.

موسی بن جعفر علیه السلام از جد خویش نقل می کند که همانا رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

لَا وَلِمَّةَ إِلَّا فِي خَمْسٍ فِي عُرْسٍ أَوْ خُرْسٍ أَوْ عَذَارٍ أَوْ وَكَارٍ أَوْ رِكَازٍ فَالْعُرْسُ  
الْزَوِيجُ وَالْخُرْسُ النَّفَاسُ بِالْوَلَدِ وَالْعَذَارُ الْخِتَانُ وَالْوَكَارُ الرَّجُلُ يَشْتَرِي  
الدَّارَ وَالرَّكَازُ الرَّجُلُ يَقْدَمُ مِنْ مَكَّةَ<sup>۳</sup>.

ولیمه نباشد مگر در پنج مورد: در عرس و یا در خرس و یا در عذار و یا در

وکار و یا در رکار، و معنای عرس ازدواج است، و خرس یعنی زایمان

فرزنددار شدن، و عذار بمعنی ختنه سران، و وکار آنست که شخص

خانه ای بخرد (یا بنا کند) و رکار بازگشت از سفر مکه است.

درس سوم:

## مهارت های زندگی

استاد محترم هدف کلی در این درس آشنایی فراگیران با

چگونگی مشاوره دادن به فرزندان بعد از تشکیل

خانواده و انتخاب شغل است تا در مسائل سخت زندگی

بدون پدر و مادر بتوانند مشکلات خود را حل نمایند.

در سالهای اخیر کوشش های زیادی در زمینه روان درمانی افرادی که دچار بیماری های روانی و اضطراب های شخصیتی و عدم تعادل آن هستند، انجام شده است و در این زمینه روش های مختلفی برای روان درمانی پدید آمده است که هیچ کدام موفقیت مورد انتظار را در از میان بردن یا پیشگیری بیماری های روانی کسب نکرده است. برخی از تحقیقات نشان می دهد که میانگین درمان از ۷۰٪ تجاوز نمی کند. و انگهی حال عده ای از بیماران پس از روان درمانی گاه بدتر هم شده یا بیماری پس از مدتی بازگشته است.

از این رو روانشناسان به دنبال یافتن علت این امر برآمده و از طریق آمارگیری به این نتیجه رسیده اند که مهم ترین عامل در درمان بیماری های روانی «دین» است و در صد بهبودی بیمارانی که معتقد به دین هستند، بسیار بیشتر از دیگران است. از این رو آنان بر این باورند که ایمان بدون شک مؤثرترین درمان بیماری های روانی به ویژه اضطراب و افسردگی است.

۱. الأمالی، شیخ طوسی، ص ۵۱۸.

۲. من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۰۱.

۳. من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۰۲.

به طور طبیعی انسان بی ایمان در دنیا با اندیشه و افکار موهوم و بانگرانی‌های فراوان دست به گریبان است. از این رو همواره در درون خود دچار پیکاری بزرگ است و همیشه نیز در انتخاب مسیر زندگی و در تصمیم‌گیری‌هایش دچار سردرگمی می‌باشد.

اما انسان با ایمان، از همه این موارد آسوده بوده و افکار و اهداف و اندیشه‌هایش را تحت لوای یک هدف گرد آورده است، فقط به خاطر آن تلاش می‌کند و به سوی آن می‌شتابد و آن، خشنودی خداوند است.

برای چنین انسانی اهمیتی ندارد که مردم از او خشنود باشند یا بر او خشم گیرند. از این رو هیچ وقت سردرگم نیست و همیشه در یک آرامش روحی به سر می‌برد:

«الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ». (انعام: ۴۲)

آری آنها که ایمان آوردند و ایمان خود را با شرک و ستم نیالودند، ایمنی تنها از آن‌هاست و آن‌ها هدایت‌یافتگانند.

«هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزْدَادُوا إِيمَانًا مَعَ إِيمَانِهِمْ وَلِلَّهِ جُودُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا». (فتح: ۳)

او کسی است که آرامش را در دل‌های مؤمنان نازل کرد تا ایمانی بر ایمانشان بیفزاید؛ لشکریان آسمان‌ها و زمین از آن خداست و خداوند دانا و حکیم است.

بی‌شک انتخاب روش‌های ناکارآمد، روابط اجتماعی نامؤثر، عدم توانایی در بیان احساس، ناتوانی در کنترل خشم، بی‌تفاوتی نسبت به درد و رنج دیگری، ضعف در برقراری رابطه‌ای مؤثر از طریق گوش دادن فعال، برنامه‌ریزی برای اولویت‌بندی امور مهم زندگی، تصمیم‌گیری و حل مسئله و داشتن تفکر خلاق و انتقادی نسبت به شنیده‌ها و دیده‌ها، همگی و همگی نیازمند اتخاذ دو مرحله مهم زیر است:

الف - شناخت روش‌های مقابله کارآمد با بحران‌های زندگی؛

ب - تغییر رفتارهای آموخته شده گذشته.

دوره آموزشی مهارت‌های زندگی که در کشورهای توسعه‌یافته سال‌هاست به طور جدی تحقیق و تدریس شده است، در کشور ما در چند سال اخیر مورد توجه قرار گرفته است. از این رو به نظر می‌رسد برای داشتن توانمندی لازم در قری که به نام «عصر اطلاعات» شهرت یافته است، توجه جدی به آموزش همه‌جانبه لازم باشد؛ مهارت‌های زندگی عبارتند از: خودآگاهی، مهارت‌های ارتباطی، همدلی، مهارت‌های بین فردی، حل مسئله، تفکر خلاق، مقابله با هیجان‌ها، تصمیم‌گیری، تفکر نقادانه، مقابله با استرس.

البته دستورات فراوانی در متون دینی برای نیل به آرامش و خوشبختی دیده می‌شود که ریشه‌های مباحث کنونی مهارت‌های زندگی را تشکیل می‌دهد؛ اینک اصول مهارت‌های زندگی را درآینه آیات و روایات به نظاره می‌نشینیم:

## ۱. خودآگاهی

خودآگاهی قبل از یادگیری زبان شکل می‌گیرد و مهم‌ترین منبع شکل‌گیری «خود» است اما تا بلوغ باید مراحل متعدد دیگر را طی کند تا فرد به خود تثبیت شده تری برسد. کاری که باید بکنیم این است که خود را بشناسیم و یاد بگیریم که با خود چگونه کنار بیاییم همواره به نکات مثبت خود اهمیت داده، منفی‌ها را حذف کنیم. مهارت خودآگاهی شامل اجزایی از قبیل آگاهی از نقاط قوت، آگاهی از نقاط ضعف، تصویر خود واقع‌بینانه، آگاهی از حقوق و مسئولیت‌ها، توضیح ارزش‌ها و انگیزش برای شناخت می‌باشد.

آگاهی فرد از موجودیت خود به معنای پاسخگویی به پرسش‌هایی از قبیل اینکه او کیست؟ و چیست؟ به کجا خواهد رفت؟ و چرا آمده است؟؛ می‌باشد.

امام صادق علیه السلام فرمود:

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ، فَقَدْ انْتَهَى إِلَى غَايَةِ كُلِّ مَعْرِفَةٍ وَ عِلْمٍ<sup>۱</sup>

کسی که خود را شناخت بآخرین نتیجه علم و معرفت نائل شده است.

مَعْرِفَةُ النَّفْسِ أَنْفَعُ الْمَعَارِفِ<sup>۲</sup>

شناختن نفس، سودمندترین شناختها است.

## ۲. مهارت‌های ارتباطی

این توانایی به فرد کمک می‌کند تا بتواند کلامی و غیرکلامی و مناسب با فرهنگ، جامعه و موقعیت، خود را بیان کند بدین معنی که فرد بتواند نظرها، عقاید، خواسته‌ها، نیازها و هیجان‌های خود را ابراز و به هنگام نیاز بتواند از دیگران درخواست کمک و راهنمایی نماید. مهارت تقاضای کمک و راهنمایی از دیگران در مواقع ضروری، از عوامل مهم یک رابطه سالم است.

این مهارت‌ها عبارتند از: ارتباط کلامی و غیرکلامی مؤثر، ابراز وجود، مذاکره، امتناع، غلبه بر خجالت، گوش دادن.

۲-۱. ارتباط کلامی: قرآن کریم در مورد سلام کردن می‌فرماید:

وَ إِذَا جَاءَكَ الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِآيَاتِنَا فَقُلْ سَلَامٌ عَلَيْكُمْ كَتَبَ رَبُّكُمْ عَلَى نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ. (انعام: ۵۴)

و چون کسانی که به آیات ما ایمان آورده‌اند به سوی تو بیایند، بگو سلام بر شما، پروردگارتان بر خود رحمت مقرر کرده است.

و در پاسخ دادن به آن توصیه می‌کند:

وَ إِذَا حُيِّئَ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوها. (نساء: ۸۶)

و چون شما را به تحیتی، سلام کنند پس شما نیز تحیت‌کننده را به نیکوتر از آن یا همانگونه تحیت او را پاسخ دهید.

پایه شخصیت انسان عقل است و هوش و فهم و حافظه و دانش از عقل سرچشمه می‌گیرند. عقل انسان را کامل کند و رهنما و بیناکننده و کلید کار اوست و چون عقلش به نور خدایی مؤید باشد، دانشمند و حافظ و متذکر و باهوش و فهمیده باشد و از این رو بداند چگونه و چرا و کجاست و خیرخواه و بدخواه خود را بشناسد و چون آن را شناخت، روش زندگی و پیوست و جداشده خویش بشناسد و در یگانگی خدا و اعتراف به فرمانش مخلص شود و چون چنین کند از دست‌رفته را جبران کرده، بر آینده مسلط گردد و بداند در چه وضعی است و برای چه در اینجا است و از کجا آمده است و به کجا می‌رود؟ اینها همه از تأیید عقل است.<sup>۱</sup>

پیامبر ﷺ فرمود:

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ، فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ<sup>۲</sup>

هر که خود را بشناسد، پروردگار خود را شناخته است.

و علی ع می‌فرمود:

أَفْضَلُ الْمَعْرِفَةِ مَعْرِفَةُ الْإِنْسَانِ لِنَفْسِهِ<sup>۳</sup>

بهترین معرفت برای انسان خودشناسی است.

مَنْ أَفْضَلُ الْعَقْلِ مَعْرِفَةُ الْمَرْءِ نَفْسَهُ فَمَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ عَقْلٌ وَ مَنْ جَهَّلَهَا ضَلَّ<sup>۴</sup>

بهترین تعقل فکر در خودشناسی است. کسی که خود را شناخت با چراغ عقل راه سعادت خویش را پیدا می‌کند و آن کس که از خود غافل و بیخبر بود بگمراهی می‌رود.

۱. اصول کافی، كِتَابُ الْعُقُلِ وَ الْجَهْلِ، ج ۱، ص ۲۹؛ بحار الأنوار، ج ۱، ص ۹۰؛ مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار، ص ۲۵۲.

۲. ممد الهمم در شرح فصوص الحکم، حسن حسن‌زاده آملی، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، تهران، چاپ اول، ۱۳۷۸ ش، ص ۳۹.

۳. غررالحکم، ص ۱۷۹؛ الحدیث - روایات تربیتی، ج ۳، ص ۲۳۹.

۴. غررالحکم، ص ۱۹۹.

۱. غررالحکم، ص ۶۹۸؛ المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۶، ص ۱۷۴.

۲. غررالحکم، ص ۳۱۹؛ الحیاء، ترجمه احمد آرام، ج ۱، ص ۲۱۲.

جمله «این قدر از زیر کار در نرو!» از جمله «با وجود اینکه مقدار زیادی کار روی میز دارید، مشغول روزنامه خواندن هستید؟» استفاده کنیم.

۳. از واژه‌ها و جملات دقیق استفاده کنیم؛ برای صحبت کردن با دیگران از واژه‌ها و جمله‌های دقیق استفاده شود. واژه و جمله‌ای که به کار می‌بریم باید دارای شش خصوصیت باشد: صراحت، اختصار، دقت، مؤدبانه بودن، صحت، و عینی بودن.

۲-۲. ارتباط غیرکلامی؛ بخش مهمی از ارتباطات، به ارتباطات غیرکلامی مربوط می‌شود به گونه‌ای که می‌توان گفت بیش از ۷۰-۸۰ درصد ارتباطات روزمره ما ارتباطات غیرکلامی است. این ارتباطات در دو بخش بروز می‌یابد: وضع ظاهری و زبان رفتار.

شواهد نشان داده‌است که مواردی مانند وضع پوشش، آرایش مو، عینک و خلاصه آراستگی ظاهری نزدیک به ۵۱٪ در نخستین تأثیری که بر دیگران می‌گذاریم، نقش دارند و ۴۹٪ از نخستین تأثیر بر دوش زبان رفتار است. «زبان رفتار» که بخش وسیعی از ارتباطات غیرکلامی را تشکیل می‌دهد، شامل رفتارهایی است که به کمک آنها بهتر می‌توانیم با دیگران ارتباط برقرار کنیم؛ مانند چگونگی نشستن، حرکات بدن، حالت‌های صورت و اموری از این قبیل.

زبان رفتار [لحن صدا، تغییرات چهره، حرکات دست و سر و...] منشأ درونی دارد. در واقع این زبان تصویری است که ما در ذهنمان از خود ساخته‌ایم. این تصویر محدوده گفتار و اعمال ما را مشخص و تعیین می‌کند.<sup>۱</sup> مواردی از ارتباط غیرکلامی به صورت ذیل شماره می‌شود:

أ- آراستگی ظاهر؛ امام علی علیه السلام فرمود:

قرآن درباره نحوه سخن گفتن با مردم، نیز دستورهایی دارد، از جمله اینکه سخنی نرم، ملایم، آسان، استوار، معروف و رسا گفته شود: «قَوْلًا مَّيْسُورًا»، «قَوْلًا لَّيِّنًا»، «قَوْلًا كَرِيمًا»، «قَوْلًا سَدِيدًا»، «قَوْلًا مَعْرُوفًا»، «قَوْلًا بَلِيغًا».<sup>۱</sup> که چند نمونه از آنها بدین شرح است:

وَقُلْ لِعِبَادِي يَقُولُوا الَّتِي هِيَ أَحْسَنُ. (اسراء: ۵۳)

ای پیغمبر به بندگان من بگو در مقام مکالمه با مردم، از هر طبقه‌ای که باشند، به نیکی سخن بگویند و از گفتارهای زشت پرهیز نمایند. امام باقر علیه السلام در تفسیر آیه وَ قُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا (بقره: ۸۳) فرموده است:

قُولُوا لِلنَّاسِ أَحْسَنَ مَا تُحِبُّونَ أَنْ يُقَالَ لَكُمْ.<sup>۲</sup>

درباره مردم آن را بگوئید که دوست دارید مردم در حق شما بگویند.

در مورد برخورد با نیازمندان آمده است که اگر نمی‌توانی نیازشان را برطرف کنی:

... فَقُلْ لَهُمْ قَوْلًا مَّيْسُورًا. (اسراء: ۲۸)

با آنان سخن نیک توأم با احترام داشته باش.

نتیجه آنکه در برقراری ارتباط باید در انتخاب و کاربرد واژه‌ها و جمله‌ها بسیار سنجیده عمل کرد. در این راستا باید به نکات ذیل توجه نمود:

۱. از واژه‌های بی‌طرفانه استفاده کنیم؛ باید از واژه‌هایی استفاده کرد که ارتباط را به سوی رسیدن به هدف هدایت کنند؛ برای نمونه سریع به جای ناگهانی، متغیر به جای ناپایدار، انعطاف‌پذیر به جای دهن‌بین به کار رود.
۲. از جمله‌های مثبت استفاده کنیم؛ مثلاً به جای «این قدر توی حرف‌هایم ندو!» از جمله «اجازه بدهید حرف‌هایم را تمام کنم!» استفاده کنیم یا به جای

۱. تفسیر نور، ج ۷، ص ۴۷.

۲. وسائل، ج ۴، ص ۹۳.

لِيَتَزَيَّنَ أَحَدُكُمْ لِأَخِيهِ الْمُسْلِمِ إِذَا أَتَاهُ كَمَا يَتَزَيَّنُ لِلْغَرِيبِ الَّذِي يُحِبُّ أَنْ يَرَاهُ فِي أَحْسَنِ أَهْيَئَةٍ.<sup>۱</sup>

آن‌گونه که هر یک از شما خود را برای بیگانه‌ای می‌آراید که دوست می‌دارد او را در زیباترین شکل ببیند، باید برای برادر مسلمان‌ش نیز خود را همان‌گونه بیاراید.

در سیره پیامبر اکرم ﷺ نیز آمده است که هرگاه ایشان قصد خروج از منزل یا پذیرفتن کسی را داشت، موی سر خود را شانه می‌زد، سر و وضع خود را مرتب می‌کرد، خویشتن را می‌آراست و برای آنکه تصویر خود را ببیند در ظرف آبی می‌نگریست؛ وقتی علت این امور را پرسیدند، فرمود:

إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُحِبُّ مَنْ عَيْدِهِ إِذَا خَرَجَ إِلَى إِخْوَانِهِ أَنْ يَتَهَيَّأَ لَهُمْ وَ يَتَجَمَّلَ.<sup>۲</sup>

خداوند متعال دوست دارد، هنگامی که بنده‌اش به سوی برادرانش می‌رود، خود را برای دیدار آنان آماده کند و بیاراید.

هزینه‌ای که آن حضرت برای تهیّه عطر و بوی خوش مصرف می‌کرد، از هزینه خوراکش بیشتر بود و در شب تاریک قبل از آن که با چشم دیده شود، از بوی خوشی که از پیکر مطهرش در فضا پراکنده بود، شناخته می‌شد. از امام باقر ع نقل شده که رسول خدا ﷺ از هر کوی و برزنی که عبور می‌کرد، تا مدت‌ها بوی خوشی فضای آن‌جا را معطر می‌ساخت به گونه‌ای که مردم می‌فهمیدند که رسول خدا ﷺ از آن مسیر گذشته است.<sup>۳</sup>

در تعالیم پیشوایان اسلام، در خصوص آراستگی ظاهر، توصیه‌های فراوانی مطرح شده که این مختصر را گنجایش همه آنها نیست. از آن جمله است، توصیه به پوشیدن لباس پاکیزه و آراسته، شانه‌زدن و مراقبت از موی سر و محاسن، پرهیز از

ژولیدگی آنها، تمیز نگهداشتن بدن و زدودن موهای زاید آن، کوتاه کردن ناخن و موی شارب و درون بینی و پرهیز از آنچه که موجب نفرت و کراهت دیگران می‌شود، از قبیل بوی بد دهان که ناشی از مسواک نزدن و خلال نکردن دندان‌هاست.<sup>۱</sup>

ب - دست دادن؛ در وسائل الشیعة<sup>۲</sup> و بحارالأنوار<sup>۳</sup> احادیث بسیاری در مورد دست دادن و نحوه آن وارد شده است؛ از جمله اینکه امام محمد باقر ع فرمود:

- چون دو نفر مؤمن به هم برسند و مصافحه کنند، خداوند به آنها رو کند و گناهانشان مانند برگ درخت بریزد.<sup>۴</sup>

- چون دو مؤمن به هم رسند و مصافحه نمایند، خدا دستش را در میان دست آنها گذارد، و با آن که محبتش نسبت به رفیقش زیادتر است مصافحه کند.<sup>۵</sup>

جابر گوید که به پیغمبر ﷺ برخورد و سلام کردم و دستم را فشرد و فرمود:

غَمَزُ الرَّجُلِ يَدَ أَخِيهِ قُبْلَتَهُ.<sup>۶</sup>

فشردن دست برادر بوسیدن اوست.

ج - نگاه؛ در روایت است که «كان رسول الله يقسم لحظاته بين اصحابه ينظر الى ذا و ينظر الى ذا بالسّوية»؛<sup>۷</sup>

رسول اکرم ﷺ در مجالس عمومی نگاه‌های مودّت آمیز خود را بالسویه متوجه کلیه حضار می‌فرمود.

۱. ر.ک: حلیة المتّقین، علامه مجلسی ع، باب‌های پنجم، ششم، هفتم؛ آداب معاشرت، ص ۱۰۴، مقدس‌نیا - محمدی.

۲. وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۱۸.

۳. بحارالأنوار، ج ۷۳، ص ۱۹.

۴. وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۱۹.

۵. همان.

۶. بحارالأنوار، ج ۷۳، ص ۲۳.

۷. روضه کافی، ص ۲۶۸.

۱. بحارالأنوار، ج ۷۹، ص ۲۹۸.

۲. همان، ج ۱۶، ص ۲۹۴.

۳. همان، ص ۲۴۸-۲۴۹.

د- تبسم؛ امام علی (ع) می‌فرماید:

يُسْتَدَلُّ عَلَى كَرَمِ الرَّجُلِ بِحُسْنِ بَشْرِهِ.<sup>۱</sup>

گشاده‌رویی، دلیل بزرگواری مرد است.

درباره پیامبر اسلام (ص) آمده است که هنگام سخن گفتن، تبسم می‌کرد.<sup>۲</sup>

آن حضرت (ص) می‌فرماید:

ثَلَاثُ يُصْفَيْنَ وَدَّ الْمَرْءُ لِأَخِيهِ الْمُسْلِمِ يَلْقَاهُ بِالْبِشْرِ إِذَا لَقِيَهِ وَ يُوسِّعَ لَهُ فِي الْمَجْلِسِ إِذَا جَلَسَ إِلَيْهِ وَ يَدْعُوهُ بِأَحَبِّ الْأَسْمَاءِ إِلَيْهِ.<sup>۳</sup>

سه چیز، دوستی شخص را نسبت به برادر مسلمانش خالص می‌کند:

هرگاه به دیدارش برود، با روی خوش با او برخورد کند، و هنگام نشستن،

جا برایش باز کند، و او را با بهترین نام بخواند.

ه- لحن صدا؛ در قرآن کریم آمده است:

- يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَرْفَعُوا أَصْوَاتَكُمْ فَوْقَ صَوْتِ النَّبِيِّ وَلَا تَجْهَرُوا لَهُ بِالْقَوْلِ كَجَهْرِ بَعْضِكُمْ لِبَعْضٍ أَنْ تَحْبَطَ أَعْمَالُكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تَشْعُرُونَ \* إِنَّ الَّذِينَ يَغُضُّونَ أَصْوَاتَهُمْ عِنْدَ رَسُولِ اللَّهِ أُولَئِكَ الَّذِينَ امْتَحَنَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ لِلتَّقْوَى لَهُمْ مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ عَظِيمٌ \* إِنَّ الَّذِينَ يُنَادُونَكَ مِنْ وَرَاءِ الْحُجُرَاتِ أَكْثَرُهُمْ لَا يَعْقِلُونَ. (حجرات: ۲-۴)

ای کسانی که ایمان آورده‌اید صدای خود را فراتر از صدای پیامبر نکنید

و در برابر او بلند سخن نگوئید (داد و فریاد نزنید) آن‌گونه که بعضی از شما

در برابر بعضی دیگر می‌کنند، مبدا اعمال شما نابود گردد درحالی که

نمی‌دانید! \* آنها که صدای خود را نزد رسول خدا کوتاه می‌کنند همان

کسانی هستند که خداوند دل‌هایشان را برای تقوی خالص نموده، برای

۱. شرح غررالحکم، ج ۶، ص ۴۵۰.

۲. سنن النبی، علامه طباطبائی، ص ۴۸-۴۹.

۳. اصول کافی، ج ۲، ص ۲۴۳.

آنان آمرزش و پاداش عظیمی است. \* ای پیغمبر کسانی که از پشت

حجره‌ها تو را صدا می‌زنند، بسیاری از آنها نادانند.

- وَ لَوْ نَشَاءُ لَأَرَيْنَاكَهُمْ فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِيَائِهِمْ وَ لَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي لَحْنِ الْقَوْلِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ أَعْمَالَكُمْ. (محمد: ۳۲)

و اگر ما خواهیم بنماییم به تو ایشان را و نشانه‌های ایشان پیدا کنیم بر

ایشان پس تو بشناسی ایشان را به علامتی که دال بر کینه باشد و هر آینه

بشناسی تو ایشان را در گردانیدن سخن.

و- گوش دادن؛ در قرآن کریم آمده است:

و مِنْهُمْ الَّذِينَ يُؤْذُونَ النَّبِيَّ، وَ يَقُولُونَ هُوَ أُذُنٌ، قُلْ: أُذُنٌ خَيْرٌ لَكُمْ، يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَ يُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِينَ، وَ رَحْمَةٌ لِلَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ. (توبه: ۶۱)

گروهی از ایشان پیامبر را می‌آزارند و می‌گویند که او گوش است (به هر حرفی

گوش می‌دهد)، بگو گوش خوبی برای شما است؛ به خدا ایمان دارد و سخنان

مؤمنان را باور می‌کند، و برای کسانی از شما که ایمان آورده‌اند رحمت است.

نبی اکرم (ص) می‌فرماید:

مَنْ غَارَضَ أَخَاهُ الْمُؤْمِنَ فِي حَدِيثِهِ فَكَأَنَّمَا حَدَّثَ فِي وَجْهِهِ.<sup>۱</sup>

هر که میان گفتار برادر مؤمنش افتد گویا رویش را خراشیده است.

### ۳. همدلی

همدلی یعنی اینکه فرد بتواند زندگی دیگران را حتی زمانی که در آن شرایط قرار

ندارد، درک کند. همدلی به فرد کمک می‌کند تا بتواند انسان‌های دیگر را حتی

وقتی با آنها متفاوت است بپذیرد و به آنها احترام گذارد. همدلی روابط اجتماعی

را بهبود می‌بخشد و به ایجار رفتارهای حمایت‌کننده و پذیرنده، نسبت به

انسان‌های دیگر منجر می‌شود.

۱. بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۱۵۱.

فَلَعَلَّكَ بَاخِعٌ نَفْسِكَ عَلَى آثَارِهِمْ، إِنَّ لَمْ يُؤْمِنُوا بِهَذَا الْحَدِيثِ  
أَسْفًا. (کهف: ۶)

مگر می‌خواهی خود را از اندوه اینکه چرا به این کلام ایمان نیاورده‌اند،  
هلاک سازی؟

امام علی علیه السلام فرمود:

أَبْلَغُ مَا تَسْتَدِرُّ بِهِ الرَّحْمَةُ أَنْ تَضْمَرَ لِكُلِّ النَّاسِ الرَّحْمَةَ.<sup>۱</sup>

رساترین چیزی که به وسیله آن می‌توانی رحمت الهی را به خود جلب  
کنی این است که در باطن به همه مردم عطف و مهربان باشی.

در شب معراج از نبی اکرم صلی الله علیه و آله سؤال شد:

يَا أَحْمَدُ هَلْ تَدْرِي لِأَيِّ شَيْءٍ فَضَّلْتُكَ عَلَى سَائِرِ الْأَنْبِيَاءِ قَالَ اللَّهُمَّ لَا. قَالَ  
بِالْيَقِينِ وَ حُسْنِ الْخُلُقِ وَ سَخَاوَةِ النَّفْسِ وَ رَحْمَةِ بِالْخُلُقِ وَ كَذَلِكَ أَوْتَادُ  
الْأَرْضِ لَمْ يَكُونُوا أَوْتَادًا إِلَّا بِهَذَا...<sup>۲</sup>

«ای أحمد، آیا می‌دانی چرا تو را بر سایر پیغمبران فضیلت  
و برتری دادم؟» فرمود: علت آن را نمی‌دانم، پاسخ شنید: «به سبب یقین  
و حسن خلق و صفت سخاوت داشتن تو و مهربانیت نسبت به مردم،  
و این چنین‌اند اوتاد زمین<sup>۳</sup> که ایشان هم اوتاد نمی‌شوند مگر  
به این صفات».

یکی از نشانه‌های ایجاد علاقه و محبت نسبت به دیگران، دعا  
برای آنان است. از امام حسن علیه السلام نقل شده که فرمود: شب جمعه‌ای  
مادرم فاطمه علیها السلام را در محرابش دیدم که پیوسته رکوع و سجود می‌کرد تا

همدلی یعنی از دریچه چشم مخاطب به مسئله نگاه کردن؛ حس کردن  
همان‌گونه که او حس می‌کند؛ در نهایت رسیدن به حسی مشترک. همدلی در دل  
مهارت خود آگاهی ریشه دارد و با هسته اصلی مهارت مرتبط است. همدلی  
زمانی اتفاق می‌افتد که بر تشابهات تکیه کنیم نه تفاوتها؛ در این صورت است که  
مخاطب احساس غریبه بودن نمی‌کند بلکه در کنار ما احساس امنیت می‌کند.

برخی از گام‌های رسیدن به همدلی عبارت است از:

۱. پرهیز از ارزیابی و قضاوت رفتار طرف مقابل

۲. خود را در جایگاه فرد قرار دادن

۳. افزایش تحمل و ظرفیت روانی

۴. رشد شخصیتی

۵. داشتن دلی بی‌کینه، و به دور از حسد، کبر، غرور و طمع

۶. دوست‌داشتنی شدن

همدلی اگرچه بدین معناست: همان‌گونه که دیگری می‌فهمد ما هم بفهمیم اما  
دیدن یک موقعیت از دیدگاه فرد دیگر، الزاماً به معنای موافق بودن با او نیست.  
مهارت‌های همدلی عبارتند از: علاقه داشتن به دیگران، تحمل افراد  
مختلف، رفتار بین فردی همراه با پرخاشگری کمتر، دوست‌داشتنی تر شدن  
[دوستیابی]، احترام قائل شدن برای دیگران.

### علاقه داشتن به دیگران

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِنْ أَنْفُسِكُمْ، عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ، حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ،  
بِالْمُؤْمِنِينَ رَؤُفٌ رَحِيمٌ. (توبه: ۱۲۸)

هر آینه فرستاده‌ای از خود شما نزد شما آمد که رنج کشیدنتان بر او  
سخت است، و بر [گرویدن] شما [به اسلام] حریص است، و به مؤمنان  
رؤف و مهربان است.

۱. غرر الحکم، ص ۲۱۲.

۲. إرشاد القلوب إلى الصواب، ج ۱، ص ۲۰۵.

۳. اوتاد گروهی از مردمان صالح و پارسا و نیکوکارند که در خداپرستی بسیار ثابت و استوارند.

سپیده صبح دمید. شنیدم که برای مردان و زنان مؤمن دعا می‌کند و از آنان نام می‌برد و برای آنان بسیار دعا می‌کند ولی برای خودش دعا نمی‌کند. گفتم: مادر! چرا همان‌گونه که برای دیگران دعا می‌کنی، برای خودت دعا نمی‌کنی؟ فرمود:

يَا بَنِي الْجَارِ ثُمَّ الدَّارِ.<sup>۱</sup>

پسرم! نخست همسایه و سپس خانه.

### احترام قائل شدن برای دیگران

امام باقر علیه السلام می‌فرمود:

عَظِّمُوا أَصْحَابَكُمْ وَ قَرُّوهُمْ وَ لَا يَتَهَجَّمْ بَعْضُكُمْ عَلَى بَعْضٍ.<sup>۲</sup>

دوستان خود را تکریم کنید و با احترام، با آنان برخورد نمائید و بر خلاف ادب متعرض یک دیگر نشوید.

لَا تَحْقِرَنَّ أَحَدًا مِنَ الْمُسْلِمِينَ فَإِنَّ صَغِيرَهُمْ عِنْدَ اللَّهِ كَبِيرٌ.<sup>۳</sup>

هیچ‌یک از مسلمین را تحقیر نکنید و کوچک‌شانمارید؛ زیرا مسلمانی که در نظر شما کوچک است، نزد خداوند بزرگ است.

علی علیه السلام به فرزندان‌اش فرمود:

وَمَنْ دَارَى الرَّجَالَ فَقَدْ أَصَابَا وَمَنْ هَابَ الرَّجَالَ تَهَيَّبُوهُ وَمَنْ حَقَّرَ الرَّجَالَ فَلَنْ يُهَابَا.<sup>۴</sup>

کسی که مردم را بزرگ شمارد، مردم نیز او را بزرگ دانند و هر که مردم را تحقیر نماید، هرگز مردم بزرگش نشمارند.

### خود را در جایگاه فرد قرار دادن

رسول اکرم صلی الله علیه و آله بر مرکب سوار بود، می‌خواست به یکی از جنگ‌ها برود. مردی رکاب حضرت را گرفت و به‌منظور استفاده از فرصت تقاضا کرد عملی را به او بیاموزد. حضرت فرمود:

مَا أَحْبَبْتُ أَنْ يَأْتِيَهُ النَّاسُ إِلَيْكَ فَاتَهُ إِلَيْهِمْ وَ مَا كَرِهْتُ أَنْ يَأْتِيَهُ النَّاسُ إِلَيْكَ فَلَا تَأْتِهِ إِلَيْهِمْ.<sup>۱</sup>

آنچه را که دوست داری مردم نسبت به تو رفتار نمایند درباره مردم رفتار کن و آن را که درباره خود مائل نیستی، درباره مردم نیز مایل نباش.

### ارزیابی طرف مقابل

بالا‌تر از پرهیز از ارزیابی و قضاوت رفتار طرف مقابل، ارزیابی و قضاوت مثبت می‌باشد و این اساس ارتباط با دیگران در امور اجتماعی می‌باشد؛ چنان‌که امیر مؤمنان علیه السلام فرمود:

ضَعْ أَمْرَ أَخِيكَ عَلَى أَحْسَنِهِ حَتَّى يَأْتِيَكَ مِنْهُ مَا يَغْلِبُكَ وَ لَا تَطَنَّ بِكَلِمَةٍ خَرَجَتْ مِنْ أَخِيكَ سُوءًا وَ أَنْتَ تَحِدُّ لَهَا فِي الْخَيْرِ حِمْلًا.<sup>۲</sup>

امر برادرت را بوجه احسن بنه تا خلاف آن بر تو روشن شود، و یک کلمه برادرت را بگمان بد تفسیر مکن تا توجیه خوبی برایش یابی.

### افزایش تحمل و ظرفیت روانی

در وسائل الشیعة باب استجباب مدارا کردن با مردم،<sup>۳</sup> احادیث بسیاری در مورد مدارا کردن وارد شده است که برخی از آنها عبارتند از:

۱. بحار الأنوار، ج ۷۲، ص ۳۶.

۲. بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار، ج ۷۲، ص ۱۹۶.

۳. وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۰۰.

۱. كشف الغمة، ج ۱، ص ۴۶۸؛ المحجة البيضاء، ج ۴، ص ۲۰۸.

۲. کافی، ج ۲، ص ۱۷۳.

۳. مجموعه وزام، ج ۱، ص ۳۱.

۴. وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۰۲.



فرمود شما را آگاه نکنم بدترین مردم؟ گفتند چرا یا رسول الله، فرمود کسی که مردم را دشمن دارد و مردم او را دشمن دارند. سپس فرمود شما را آگاه نکنم بدتر از این، گفتند چرا یا رسول الله، فرمود کسی که از لغزش نگذرد و عذر نپذیرد و گناهی نیامرزد.

امام ششم علیه السلام فرمود:

«لَا يَقْبَلُ اللَّهُ مِنْ مُؤْمِنٍ عَمَلًا وَهُوَ يُضْمِرُ عَلَى الْمُؤْمِنِ سُوءًا»<sup>۱</sup>

خدا از مؤمنی که بدی مؤمنی را در دل دارد هیچ عملی را نپذیرد.

«حَقْدُ الْمُؤْمِنِ مَقَامُهُ - ثُمَّ يُفَارِقُ أَخَاهُ فَلَا يَجِدُ عَلَيْهِ شَيْئًا - وَحَقْدُ الْكَافِرِ دَهْرُهُ»<sup>۲</sup>

کینه مؤمن لحظه‌ای ایست [وقتی که جدا می‌شود بر دلش دیگر چیزی نیست] و کینه کافر یک عمر.

### دوست‌داشتنی شدن

در کتاب الحدیث - روایات تربیتی،<sup>۳</sup> تحت عنوان محبوبیت در جامعه<sup>۴</sup> مطالبی بیان شده است که برخی از آنها عبارتند از:

«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ سَيَجْعَلُ لَهُمُ الرَّحْمَنُ وُدًّا» (مریم: ۹۶)

کسانی که در باطن با ایمان و در عمل نیکوکار هستند، خداوند مهر آنها را در قلوب مردم قرار می‌دهد و در جامعه عزیز و محبوبشان می‌سازد.

- پیغمبر صلی الله علیه و آله فرموده است: خداوند مرا به سازگاری با مردم دستور داد همان‌گونه که به انجام واجبات امر فرمود.

- جبرئیل علیه السلام بر پیغمبر صلی الله علیه و آله نازل شد و گفت: ای محمد، خداوند به تو سلام می‌رساند، و می‌گوید با خلق من مدارا کن.

- سه خصلت است که هر کس نداشته باشد، هیچ‌یک از اعمالش کامل نیست تقوایی که وی را از نافرمانی خدا باز دارد، اخلاقی که با آن با مردم مدارا کند، حلمی که جهالت شخصی نادان را با آن رد نماید.

- امام صادق علیه السلام خطاب به اسحاق بن عمار فرمود: ای اسحاق، منافق را با زبانت اصلاح کن، دوستی خویش را با مؤمن خالص گردان، و اگر فرد یهودی همنشین تو شد، حق همنشینی وی را نیکو بدار.

### داشتن دلی بی‌کینه

وَالَّذِينَ جَاءُوا مِنْ بَعْدِهِمْ يَقُولُونَ رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا وَلِإِخْوَانِنَا الَّذِينَ سَبَقُونَا بِالْإِيمَانِ وَلَا تَجْعَلْ فِي قُلُوبِنَا غِلًّا لِلَّذِينَ آمَنُوا رَبَّنَا إِنَّكَ رَؤُوفٌ رَحِيمٌ (حشر: ۱۰)

آنان که پس مهاجران و انصار آمدند و می‌آیند، می‌گویند: ای پروردگار ما، پیامرز گناهان ما را و برادران ما را در دین آنان که پیشی گرفتند بر ما به ایمان و بر آن ثابت ماندند، و مینه در دلهای ما کینه و حسدی و خیانتی برای آنان که گرویده‌اند پیش از ما.

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

«أَلَا أُتَبِّئُكُمْ بِشَرِّ النَّاسِ قَالُوا بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ مَنْ أَبْغَضَ النَّاسَ وَأَبْغَضَهُ النَّاسُ ثُمَّ قَالَ أَلَا أُتَبِّئُكُمْ بِشَرِّ مِنْ هَذَا قَالُوا بَلَى يَا رَسُولَ اللَّهِ قَالَ الَّذِي لَا يَقْبَلُ عَثْرَةً وَلَا يَقْبَلُ مَعْدِرَةً وَلَا يَغْفِرُ ذَنْبًا»<sup>۱</sup>

۱. بحار الأنوار، ج ۷۲، ص ۲۱۱.

۲. همان.

۳. محمدتقی فلسفی، الحدیث - روایات تربیتی، ۳ جلد، دفتر نشر فرهنگ اسلامی - تهران، ۱۳۶۸ ش.

۴. الحدیث - روایات تربیتی، ج ۲، ص ۴۵.

۱. أمالی الصدوق، ص ۳۰۵؛ بحار الأنوار، ج ۷۲، ص ۲۱۰.

امام باقر (ع) فرموده است:

الْبُشْرُ الْحَسَنُ وَ طَلَاقُهُ الْوَجْهَ مَكْسَبَةٌ لِلْمَحَبَّةِ وَ قُرْبَةٌ مِنَ اللَّهِ.<sup>۱</sup>

بشاشت و گشاده‌رویی در برخوردهای اجتماعی، مایه جلب محبت مردم و قرب به خداوند است.

علی (ع) فرمود:

مَنْ تَأَلَّفَ النَّاسَ أَحْبَبَهُ.<sup>۲</sup>

کسی که در آمیزش با مردم از در الفت و محبت وارد شود، مردم دوستدار وی خواهند بود.

رسول اکرم (ص) فرمود:

جُبِلَتْ الْقُلُوبُ عَلَى حُبِّ مَنْ أَحْسَنَ إِلَيْهَا وَ بُغْضِ مَنْ أَسَاءَ عَلَيْهَا.<sup>۳</sup>

دل‌های مردم با این تمایل فطری آفریده شده است که نیکی‌کنندگان بخود را دوست داشته باشند و بدکنندگان به خویش را دشمن دارند.

امام باقر (ع) محبت را جوهر و خلاصه دین خوانده و به مردی که با آن حضرت گفتگو داشته فرموده است:

هَلِ الدِّينُ إِلَّا الْحُبُّ.

آیا دین چیزی جز محبت است؟!

## ۴. مهارت‌های بین فردی

این توانایی به ایجاد روابط بین فردی مثبت و مؤثر فرد با انسانهای دیگر کمک می‌کند. یکی از این موارد، توانایی ایجاد روابط دوستانه است که در سلامت

روانی و اجتماعی، روابط گرم خانوادگی، به عنوان یک منبع مهم روابط اجتماعی ناسالم نقش بسیار مهمی دارد.

این مهارت‌ها عبارتند از: همکاری و مشارکت، اعتماد به گروه، تشخیص مرزهای بین فردی مناسب، دوستیابی، شروع و خاتمه ارتباطات.

## همکاری و مشارکت

وَ تَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَ التَّقْوَى، وَ لَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَ الْعُدْوَانِ. (مائده: ۲)

در نیکی و پرهیزگاری همکاری کنید و در گناه و تجاوز یاری و همکاری نکنید.

امام صادق (ع) فرمود:

الْمُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ لَا يَظْلِمُهُ وَ لَا يَخْذُلُهُ وَ لَا يَخُونُهُ وَ يَحِقُّ عَلَى الْمُسْلِمِينَ الْإِجْتِهَادُ فِي التَّوَاصُلِ وَ التَّعَاوُنِ عَلَى التَّعَاطُفِ وَ الْمُوَاسَاةِ لِأَهْلِ الْحَاجَةِ وَ تَعَاوُنُهُمْ عَلَى بَعْضِهِمْ حَتَّى تَكُونُوا كَمَا أَمَرَكُمُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ رُحَمَاءَ بَيْنَكُمْ مَتَرَاهِينَ مُعْتَمِنِينَ لِمَا غَابَ عَنْكُمْ مِنْ أَمْرِهِمْ عَلَى مَا مَضَى عَلَيْهِ مَعَشَرُ الْأَنْصَارِ عَلَى عَهْدِ رَسُولِ اللَّهِ (ص).<sup>۱</sup>

مسلمان برادر مسلمانست به او ستم نکند و او را وانگذارد و به او خیانت نکند، و بر مسلمانان لازم است که بکوشند در پیوست با هم و بر همیاری با مهرورزی با هم و همراهی با حاجتمندان، و توجه به همدگر تا بوده باشید چنانچه خدا عزوجل به شما فرموده؛ میان خود مهربان باشید، به هم ترحم کنید، غمناک باشید برای آنچه در دست‌رشد شما نیست از امورشان بر آن روشی که گرد انصار گذراندند در عهد رسول خدا (ص).  
روایات باب مواسات و تعاون در کتب روایی در این زمینه راهگشا است.<sup>۲</sup>

۱. بحارالانوار، ج ۱۷، ص ۱۶۴، نقل از احادیث تربیتی، ج ۲، ص ۴۴.

۲. شرح غررالحکم، ج ۷، ص ۱۴، جمال‌الدین خونساری.

۳. تحف العقول، ص ۳۷.

۱. بحارالانوار، ج ۷۱، ص ۲۵۶.

۲. وسائل الشیعة، ج ۱۲، ص ۲۶؛ پیام پیامبر، ص ۶۸۰؛ وسائل الشیعة، ج ۱۶، ص ۳۷۷.

### تشخیص مرزهای بین فردی مناسب

امام علی علیه السلام به فرزندش امام حسن علیه السلام فرمود:

وَاجْعَلْ نَفْسَكَ مِيزَانًا فَمَا بَيْنَكَ وَ بَيْنَ غَيْرِكَ فَآخِيبَ لَغَيْرِكَ مَا تُحِبُّ  
لِنَفْسِكَ وَ أَكْرَهَ لَهُ مَا تَكْرَهُ لِنَفْسِكَ وَ لَا تَظْلِمَ كَمَا لَا تُحِبُّ أَنْ تُظْلَمَ وَ أَحْسِنَ  
كَمَا تُحِبُّ أَنْ يُحْسِنَ إِلَيْكَ وَ مِنْ غَيْرِكَ.<sup>۱</sup>

نفس خویش را بین خود و مردم میزان قرار بده، آن را برای مردم دوست  
بدار که برای خود دوست داری، درباره دیگران به چیزی بی میل باش که  
نسبت به خود بی میلی، به مردم ستم نکن همان طور که نمی خواهی به تو  
ستم شود، به مردم نیکی کن همان طور که مایلی درباره ات نیکی کنند، از  
خود قبیح بشناس چیزی را که از دیگران قبیح می شناسی.

امام صادق علیه السلام می فرمود که خداوند به موسی بن عمران چهار دستور داد، یکی  
از آنها این بود:

وَ اِمَّا اَلَّتِي بَيْنَكَ وَ بَيْنَ النَّاسِ فَتَرْضَى لِلنَّاسِ مَا تَرْضَى لِنَفْسِكَ وَ تَكْرَهُ لَهُمْ  
مَا تَكْرَهُ لِنَفْسِكَ.<sup>۲</sup>

وظیفه ای که بین خود و مردم داری اینست که برای مردم آن را بخواه که  
برای خود می خواهی و آن را نخواه که برای خود نمی خواهی.

### اعتماد به گروه

حضرت علی علیه السلام می فرماید:

ضَعْ أَقْرَأَ أَخِيكَ عَلَى أَحْسَنِهِ حَتَّى يَأْتِيَكَ مِنْهُ مَا يَغْلِبُكَ وَ لَا تَظُنَّ بِكَلِمَةٍ  
خَرَجَتْ مِنْ أَخِيكَ سُوءًا وَ أَنْتَ تَحِدُّ لَهَا فِي الْخَيْرِ مُحْمِلًا.<sup>۳</sup>

امر برادرت را بوجه احسن بنه تا خلاف آن بر تو روشن شود، و یک کلمه  
برادرت را به گمان بد تفسیر مکن تا توجیه خوبی برایش یابی.

### ۵. مهارت‌های حل مسئله

این توانایی فرد را قادر می سازد تا هیجان‌ها را در خود و دیگران  
تشخیص دهد، نحوه تأثیر هیجان‌ها بر رفتار را بداند و بتواند واکنش  
مناسبی به هیجان‌های مختلف نشان دهد. اگر با حالات هیجانی، مثل غم و خشم  
یا اضطراب درست برخورد نشود این هیجان تأثیر منفی بر سلامت  
جسمی و روانی خواهد گذاشت و برای سلامت پیامدهای منفی به دنبال  
خواهند داشت.

این مهارت‌ها عبارتند از: تشخیص مشکلات و علل و ارزیابی دقیق آنها،  
درخواست کمک، مصالحه [برای حل تعارض]، آشنایی با مراکزی برای حل  
مشکلات، تشخیص راه حل‌های مشترک برای جامعه.

### تشخیص مشکلات علل و ارزیابی دقیق

حضرت علی علیه السلام می فرماید:

الْحَزْمُ أَشَدُّ الْأَرْاءِ.<sup>۱</sup>

دوراندیشی و عاقبت‌بینی در کارها محکمترین رایها و اندیشه‌هاست.

الْحَزْمُ بِاجَالَةِ الرَّأْيِ.<sup>۲</sup>

حزم و دوراندیشی به جولان دادن رأی و اندیشه است.

پس کسی که خواهد که دوراندیش و عاقبت‌بین باشد باید رأی و اندیشه خود  
را در اطراف مسئله به گردش اندازد.

۱. بحارالأنوار، ج ۷۲، ص ۲۹.

۲. الکافی، ج ۲، ص ۱۴۶.

۳. بحارالأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار، ج ۷۲، ص ۱۹۶.

۱. شرح غرر الحکم، ج ۱، ص ۱۲.

۲. همان، ص ۲۶۹.

الحزمُ شدة الاستظهار<sup>۱</sup>.

حزم و دوراندیشی شدت و سختی استظهار (یاری جستن و پشت خود را قوی کردن) است.

نعم الحزمُ الاستظهار<sup>۲</sup>.

استظهار دوراندیشی خوبی است.

## درخواست کمک

حضرت علی علیه السلام می فرماید:

نعم العونُ المظاهرة<sup>۳</sup>.

همیاری [یاری کردن دوستان یکدیگر] معاونت خوبی است.

نعم الاستظهارُ المشاورة<sup>۴</sup>.

مشورت کردن، خوب یاری جستن است.

## مصالحة (برای حل تعارض)

وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُوزًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ. (نساء: ۱۲۸)

و هر گاه زنی بیم داشت که شویش با وی بدسلوکی کند یا از وی دوری گزیند عیب ندارد که هر دو با هم از سر صلح و سازش درآیند؛ زیرا صلح بهتر از نزاع و کشمکش است.

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

۱. شرح غرر الحکم، ج ۱، ص ۲۷۷.

۲. شرح غرر الحکم، ج ۶، ص ۱۶۴.

۳. همان.

۴. همان.

تُعْرَضُ أَعْمَالُ النَّاسِ فِي كُلِّ جُمُعَةٍ مَرَّتَيْنِ يَوْمَ الْاِثْنَيْنِ وَ يَوْمَ الْخَمِيسِ فَيُغْفَرُ لِكُلِّ عَبْدٍ مُؤْمِنٍ إِلَّا مَنْ كَانَتْ بَيْنَهُ وَ بَيْنَ أَخِيهِ شَحْنَاءُ فَيَقَالُ ائْتُوا هَذَيْنِ حَقًّا يَصْطَلِحَا.<sup>۱</sup>

اعمال مردم در هر هفته دو بار عرضه شوند، روز دوشنبه و روز پنجشنبه و برای هر بنده مؤمنی طلب آمرزش می شود جز کسی که با برادر دینی خود بددلی دارد، و گفته می شود آن دو را رها کنید تا وقتی با هم صلح و سازش کنند.

## آشنایی با مراکزی برای حل مشکلات

حضرت علی علیه السلام می فرماید:

هَلَكَ مَنْ لَيْسَ لَهُ حَكِيمٌ يُرْشَدُهُ<sup>۲</sup>.

کسی که حکیمی ندارد تا او را ارشاد نماید هلاک می شود.

## ۶. مهارت‌های تفکر خلاق

این نوع تفکر هم به مسئله و هم به تصمیم‌گیری‌های مناسب کمک می‌کند. با استفاده از این نوع تفکر، راه‌حلهای مختلف مسئله و پیامدهای هریک از آنها بررسی می‌شوند. این مهارت، فرد را قادر می‌سازد تا مسائل را از ورای تجارب مستقیم خود دریابد و حتی زمانی که مشکلی وجود ندارد و تصمیم‌گیری خاصی مطرح نیست، با سازگاری و انعطاف بیشتر به زندگی روزمره بپردازد. این مهارت‌ها عبارتند از: تفکر مثبت، یادگیری فعال (جستجوی اطلاعات جدید)، ابراز خود، تشخیص حق، انتخاب‌های دیگر (برای تصمیم‌گیری)، تشخیص راه حل‌های جدید برای مشکلات.

۱. بحار الأنوار، ج ۷۱، ص ۲۳۶.

۲. كشف الغمة في معرفة الأئمة، ج ۲، ص ۱۱۳.

## ابراز خود

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید:

تَكَلَّمُوا تَعْرِفُوا فَإِنَّ الْمَرْءَ مَحْبُوءٌ تَحْتَ لِسَانِهِ.<sup>۱</sup>

سخن بگویند تا شناخته شوید؛ چرا که انسان در زیر زبان خود پنهان است.

## ۷. مهارت‌های مقابله با هیجان‌ها

این مهارت‌ها عبارتند از: شناخت هیجان‌های خود و دیگران، ارتباط هیجان‌ها با احساسات، تفکر و رفتار، مقابله با نا کامی، خشم، بی‌حوصلگی، ترس و اضطراب، مقابله با هیجان‌های شدید دیگران.

## خشم

در متون روایی باب مستقلی پیرامون غضب وارد شده است، تنها به یک روایت اشاره می‌شود: از أبو عبد الله، از پدرش علیه السلام روایت شده که نزد او سخنی از خشم به میان آمد، پس او گفت:

إِنَّ الرَّجُلَ لَيَغْضَبُ حَتَّى مَا يَرْضَى أَبَدًا وَ يَدْخُلُ بِذَلِكَ النَّارَ، وَ أَيْمًا رَجُلٌ غَضَبٌ وَ هُوَ قَائِمٌ فَلْيَجْلِسْ، فَإِنَّهُ سَيَذْهَبُ عَنْهُ رَجَزُ الشَّيْطَانِ، وَ إِنْ كَانَ جَالِسًا فَلْيَقُمْ.<sup>۲</sup>

بسا فردی که چنان خشمگین شود که هیچ‌گاه خشنود نگردد و به سبب آن به آتش درآید. و هر کس در حالی که ایستاده است خشمگین گردد بنشیند، که به راستی پلیدی شیطان از او خواهد رفت و اگر نشسته باشد برخیزد.

امام راحل رحمه الله در چهل حدیث<sup>۱</sup> و شرح حدیث جنود عقل و جهل<sup>۲</sup> به موضوع خشم و غضب می‌پردازد و می‌فرماید:

غضب، حالتی نفسانی است که به سبب آن، جوشش و غلیان در خون ایجاد شود، برای انتقام، به واسطه آن عقل منحرف شود، و از ادراک و رویه بازماند، و موعظه و نصیحت در این حال، فایده به حال صاحب آن نکند، بلکه شعله آتش غضب را فروزان‌تر کند. و حکما گفته‌اند:

مثل انسان در این حال، مثل غاری است که در او آتش فراوان فروخته شود؛ به گونه‌ای که از شعله و دود پرگردد، و در آن شعله‌های آتش و دودها زندانی شود و نفیرها و صداهای سخت از آن [آتش] بیرون آید، و شعله‌های آتش درهم پیچد، و نائره [شعله‌ها] آن روزافزون گردد. در این حال، علاج آن بسیار مشکل شود، و خاموش نمودن آن ممکن نگردد؛ زیرا که هر چه در او افکنند از برای علاج شعله‌های فروزان و برافروخته، آن را بخورد و جزو خود کند و بر ماده آن افزایش پیدا شود. از این جهت انسان در حال نائره آتش غضب، کور شود از رشد و هدایت، و کر شود از موعظه و نصیحت؛ بلکه موعظه در این حال سبب از دیاد غضب او شود و مایه شعله‌ور شدن آن گردد. و از برای این شخص راه چاره [ای] در این حال نیست.<sup>۳</sup>

و بقراط حکیم گفته که: «من از کشتی طوفانی که در امواج متلاطم دریا دچار شود و در بین لُجّه‌ها و کوه‌های دریایی گرفتار شود، امیدوارترم از شخصی که آتش غضبش افروخته است و کشتی وجودش گرفتار لُجّه‌های سخت غضب است؛ زیرا که کشتی را ملاحان ماهر، با حیل‌ها و طرق علمی نجات می‌توانند بدهند، ولی این شخص در این حال امید چاره و حیل از او منقطع است؛ زیرا که هر حیل [ای]

۱. چهل حدیث (اربعین حدیث)، ص ۱۴۱.

۲. شرح حدیث جنود عقل و جهل (طبع جدید)، ص ۲۳۹.

۳. تهذیب الأخلاق، ابن مسکویه، ص ۱۶۵.

۱. بحار الأنوار، ج ۶۸، ص ۲۹۱؛ نهج البلاغة، ترجمه مکارم شیرازی، ج ۳، ص ۳۶۰.

۲. مرآة العقول، ج ۱۰، ص ۱۴۶.

تَزُولُ الْجِبَالِ وَلَا تَزُلُ عَصَى عَلَى نَاجِيكَ أَعْرِ اللَّهَ جُمُوعَتَكَ تَدُ فِي الْأَرْضِ قَدَمَكَ اِزْمِ بِبَصَرِكَ أَقْصَى الْقَوْمِ وَ عَصَى بَصَرِكَ وَ اعْلَمْ أَنَّ النَّصَرَ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ سُبْحَانَهُ.<sup>۱</sup>

اگر کوهها از جای کنده شود، تو جای خویش بدار! دندانها را بر هم فشار، و کاسه سرت را به خدا عاریت سپار! پای در زمین کوب و چشم بر کرانه سپاه نه، و بیم بر خود راه مده! و بدان که پیروزی از سوی خدا است!

### مهارت‌های تصمیم‌گیری

تصمیم‌گیری ابزاری است برای شکل دادن به آینده مثبت، فرآیندی پیچیده شامل انواع توانایی‌های فکری و نیز داشتن اطلاعات در مورد تصمیمی که گرفته می‌شود. این توانایی به فرد کمک می‌کند تا به نحو مؤثرتری در مورد مسائل تصمیم‌گیری نماید. اگر کودکان و نوجوانان بتوانند فعالانه در مورد اعمالشان تصمیم‌گیری کنند، جوانب مختلف انتخاب را بررسی و پیامد هر انتخاب را ارزیابی کنند، بی‌تردید در سطوح بالاتر بهداشت روانی قرار خواهند گرفت. این مهارت‌ها عبارتند از: تصمیم‌گیری بر مبنای ارزیابی دقیق موقعیت‌ها، تعیین اهداف واقع‌بینانه، برنامه‌ریزی و پذیرش مسئولیت اعمال خود، آمادگی برای تغییر دادن تصمیم‌ها برای انطباق با موقعیت‌های جدید.

**آمادگی برای تغییر دادن تصمیم‌ها برای انطباق با موقعیت‌های جدید**  
علی علیه السلام فرموده است:

لَا تَقْسِرُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى آدَابِكُمْ فَإِنَّهُمْ مَخْلُوقُونَ لِرِّمَانٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ.<sup>۲</sup>  
آداب و رسوم زمان خودتان را با زور و فشار به فرزندان خویش تحمیل نکنید زیرا آنان برای زمانی غیر از زمان شما آفریده شده‌اند.

که به خرج بری - از قبیل نصایح و مواعظ - و هر چه با او فروتنی کنی، بر شعله و مایه آن می‌افزاید.<sup>۱</sup>

از معالجات اساسی غضب، قلع ماده آن است به برطرف کردن اسباب مهیجه آن و آن امور بسیاری است که ما بعضی از آن را که مناسب با این اوراق است، ذکر می‌کنیم. یکی از آنها حب نفس است که از آن حب مال و جاه و شرف و حب نفوذ اراده و بسط قدرت تولید شود، و این‌ها نوعاً اسباب هیجان آتش غضب شود؛ زیرا انسان دارای این محبت‌ها به این امور خیلی اهمیت دهد و موقعیت این‌ها در قلبش بزرگ است، و اگر فی الجمله مزاحمتی در یکی از اینها برایش پیش آمد کند، یا احتمال مزاحمت دهد، بی‌موقع غضب کند و جوش و خروش نماید، و متملک نفس خود نشود، و طمع و حرص و سایر مفسدات که از حب نفس و جاه در دل پیدا شده عنان را از دست او بگیرد و کارهای نفس را از جاده عقل و شرع خارج کند.<sup>۲</sup>

### بی‌حوصلگی

امام کاظم علیه السلام فرمود:

إِيَّاكَ وَالْكَسَلَ وَالضَّجَرَ! فَإِنَّكَ إِنْ كَسَلْتَ لَمْ تَعْمَلْ، وَإِنْ ضَجَرْتَ لَمْ تَعْطِ الْحَقَّ.<sup>۳</sup>

از تنبلی و بی‌حوصلگی بپرهیز! چه اگر تنبل باشی به کار برنمی‌خیزی، و اگر بی‌حوصله باشی به حق خود نمی‌رسی.

### ترس

از سخنان حضرت علی علیه السلام است به پسرش، محمد حنفیه به هنگام سپردن پرچم در نبرد جمل:

۱. همان، ص ۱۶۵؛ اخلاق ناصری، خواجه نصیرالدین طوسی، ص ۱۷۶.

۲. چهل حدیث (اربعین حدیث)، ص ۱۴۱.

۳. «وسائل»، ج ۱۲، ص ۳۸؛ الحیة با ترجمه احمد آرام، ج ۴، ص ۴۳۷.

۱. نهج البلاغة، کلام ۱۱، ص ۵۵.

۲. الحدیث - روایات تربیتی، ج ۲، ص ۱۰۷؛ شرح ابن ابی الحدید، ج ۲۰، صفحه ۲۶۷.

## ۹. مهارت‌های تفکر انتقادی

تفکر انتقادی، توانایی تحلیل اطلاعات و تجارب است. آموزش این مهارت‌ها، نوجوانان را قادر می‌سازد تا در برخورد با ارزش‌ها، فشار گروه و رسانه‌های گروهی مقاومت کنند و از آسیب‌های ناشی از آن در امان بمانند.

این مهارت‌ها عبارتند از: ادراک تأثیرات اجتماعی و فرهنگی بر ارزش‌ها، نگرش‌ها و رفتار، آگاهی از نابرابری، پیشداوری‌ها و بی‌عدالتی‌ها، واقف شدن به این مسئله که دیگران همیشه درست نمی‌گویند، آگاهی از نقش یک شهروند مسئول.

**واقف شدن به این مسئله که دیگران همیشه درست نمی‌گویند**

علی علیه السلام می‌فرماید:

لَا تَرُدُّ عَلَى النَّاسِ كُلِّهَا حَدَّثُوكَ، فَكُنْ بِذَلِكَ حَمِيًّا.<sup>۱</sup>

از مردم هر چه را می‌شنوی رد نکن که این [یکی از] نشانه‌های حماقت است.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید:

إِذَا أَرَدْتَ أَنْ تَحْتَبِرَ عَقْلَ الرَّجُلِ فِي مَجْلِسٍ وَاحِدٍ فَحَدِّثْهُ فِي خِلَالِ حَدِيثِكَ بِمَا لَا يَكُونُ فَإِنْ أَنْكَرَهُ فَهُوَ عَاقِلٌ وَإِنْ صَدَّقَهُ فَهُوَ أَحمَقُ.<sup>۲</sup>

اگر بخواهی در یک مجلس، عقل مردی را آزمایش کنی در خلال سخنانت مطلبی را ذکر کن که ناشدنی است. اگر متوجه شد و انکارش کرد عاقل است، ولی اگر آن را پذیرفت و ناسنجیده تصدیق کرد او مرد احمقی است.

۱. تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۴۳۸.

۲. بحار الأنوار، ج ۱، ص ۱۳۱.

## ۱۰. مهارت‌های مقابله با استرس

این توانایی شامل شناخت استرس‌های مختلف زندگی و تأثیر آنها بر فرد است. شناسایی منابع استرس و نحوه تأثیر آن بر انسان، فرد را قادر می‌سازد تا با اعمال و موضع‌گیری‌های خود فشار و استرس را کاهش دهد.

این مهارت‌ها عبارتند از: مقابله با موقعیت‌هایی که قابل تغییر نیستند، استراتژی‌های مقابله‌ای برای موقعیت‌های دشوار (فقدان، طرد، انتقاد)، مقابله با مشکلات بدون توسل به سوء مصرف مواد، آرام ماندن در شرایط فشار، تنظیم وقت.<sup>۱</sup> کوتاه‌ترین نسخه برای مقابله با استرس در گویاترین عبارت، این سخن الهی است:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ. (رعد: ۲۸)

آگاه باشید که دلها تنها با یاد خدا آرام می‌گیرد.

امام موسی بن جعفر علیه السلام می‌فرماید:

ثَلَاثَةٌ يَجْلِبْنَ الْبَصَرَ النَّظْرُ إِلَى الْخُضْرَةِ وَالنَّظْرُ إِلَى الْمَاءِ الْجَارِي وَالنَّظْرُ إِلَى الْوُجْهِ الْحَسَنِ.<sup>۲</sup>

سه چیز چشم را روشن می‌گرداند: به سبزه نگریستن و به آب روان نگاه کردن و روی زیبا دیدن.

### مقابله با مشکلات

امیر المؤمنین علیه السلام می‌فرمود که رسول خدا صلی الله علیه و آله به من فرمود:

يَا عَلِيُّ أَلَا أَعْلَمُكَ كَلِمَاتٍ إِذَا وَقَعَتْ فِي وَرْطَةٍ أَوْ بَلِيَّةٍ فَقُلْ بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ \* وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ يَصْرِفُ بِهَا عَنْكَ مَا يَشَاءُ مِنْ أَنْوَاعِ الْبَلَاءِ.<sup>۳</sup>

۱. اقتباس از مهارت‌های زندگی، شهین لودین، ص ۱۲.

۲. الخصال، ج ۱، ص ۹۲.

۳. الکافی، ج ۲، ص ۵۷۳.

اساتید محترم جهت مطالعه بیشتر به کتاب‌های ذیل مراجعه نمایند.

ردیف	نام کتاب	موضوع	نویسنده	انتشارات
۱	تحکیم خانواده از نگاه قرآن و حدیث	خانواده	محمدی ری شهری	دارالحدیث
۲	مشاوره و راهنمایی در تعلیم و تربیت	تعلیم و تربیت	سید مهدی حسینی	امیرکبیر
۳	آشنایی با مهارت‌های زندگی از دیدگاه اسلام	مهارت‌های زندگی	مسعود شکوهی	دفتر عقل
۴	مهارت‌های ارتباطی	مهارت‌های زندگی	امید معماریان	برگ زیتون
۵	یادداشت‌هایی درباره مهارت‌های خوب زندگی کردن	مهارت‌های زندگی	سید حسن علم‌الهدی	بین النهرین
۶	راهنمایی و مشاوره از دیدگاه اسلام	مهارت‌های زندگی	محمد رضا مطهری	انتشارات اسلامی
۷	تدبیر معیشت از دیدگاه آیات و روایات	مدیریت زندگی و مسائل مالی	فرمان جمالی	زمزم هدایت
۸	آیین زندگی	مهارت‌های زندگی	علی اصغر الهامی‌نیا	زمزم هدایت
۹	بهداشت روانی خانواده	خانواده و بهداشت	یدالله کوثری	زمزم هدایت
۱۰	فنون و کارکردهای مشاوره و راهنمایی	مجموعه مقالات	بسیج	فرهنگ اندیشه
۱۱	آشنایی با اصول و فنون مشاوره	مسائل عمومی مشاوره	احمد راهنمایی	مؤسسه امام خمینی
۱۲	اصول و فنون مشاوره و راهنمایی (در آموزش و پرورش)	مسائل عمومی مشاوره	احمد صافی	دفتر تحقیقات و برنامه‌ریزی درسی، آموزش و پرورش
۱۳	اصول روان‌سنجی و روان‌آزمایی	روان‌شناسی	حسن پاشاشریفی	رشد
۱۴	اخلاق اقتصادی	مسائل مالی	الهامی‌نیا - یوسفیان - حسینی	زمزم هدایت

ای علی، آیابه تونیاموزم کلماتی؟ هرگاه در ورطه (امری که خلاصی از آن دشوار باشد) یا بلانی افتادی پس بگو: بسم الله الرحمن الرحیم و لا حول و لا قوة الا بالله العلی العظیم؛ زیرا خداوند عزوجل به برکت این دعا آنچه خواهد از اقسام بلا از تو دور کند.

## تنظیم وقت

از سخنان حضرت علی علیه السلام است:

مَا أَحَقَّ بِاللَّيْبِ أَنْ يَكُونَ لَهُ أَزْبَعُ سَاعَاتٍ فِي النَّهَارِ سَاعَةٌ يُحَاسِبُ فِيهَا نَفْسَهُ وَ يَنْظُرُ مَا اكْتَسَبَ لَهَا وَ عَلَيْهَا فِي لَيْلَتِهِ وَ يَوْمِهِ وَ سَاعَةٌ يَرْفَعُ فِيهَا حَاجَتَهُ إِلَى رَبِّهِ وَ سَاعَةٌ يُفْضِي فِيهَا لِإِخْوَانِهِ وَ ثِقَاتِهِ الَّذِينَ يَصْدُقُونَهُ عَنْ عُيُوبِهِ وَ سَاعَةٌ يَخْلِي فِيهَا بَيْنَ نَفْسِهِ وَ بَيْنَ لَذَّتِهَا مِمَّا يُحْمَدُ وَ يَحِلُّ وَ إِنَّ هَذِهِ السَّاعَةَ لَرَّغُوبَةٌ عَلَى هَذِهِ السَّاعَاتِ الْآخِرِ وَ إِنَّ اسْتِجَامَ الْقُلُوبِ وَ تَوَدِّعَهَا زِيَادَةٌ فِي قُوَّتِهَا.<sup>۱</sup>

چقدر سزاوار است از برای عاقل که در روزهای خود چهار ساعت مقرر کند پس در یک ساعت از آنها حساب نفس خود نماید تا ببیند در شبانه روز چه کسب کرده خوبی یا بدی و در یک ساعت دیگرش حوائج خود را از حقتعالی بخواهد یعنی با خدای خود مناجات کند و حوائج خود را به درگاه حضرت الهی عرضه نماید و یک ساعت دیگرش را خلوت کند با برادران و دوستانی که اعتماد بآنها باشد و باید ایشان دوستانی باشند که عیبهای او را باوی بگویند و او را از عیوب خود اعراض دهند و برگردانند و یک ساعت دیگرش را از برای نفس خود گذارد که صرف در لذت‌های حلال شود و این ساعت معین و یاور اوست بر ساعات دیگر همانا آسایش دادن دل را بقدری که رفع خستگی او شود و باعث زیادتی در توان او می‌شود.