قرآن و نقش مسجد در تعالی اخلاقی جامعه

محبوبه عابدی*

سازمان آموزش و پرورش استان فارس، مدیریت آموزش و پرورش فسا، دبیرستان ایثارگران فاطمه الزهرا(س)

چکیده

مسجد، از ظهور اسلام تاکنون به عنوان مهّم‌ترین پایگاه تجمّع مسلمانان، در برپایی نماز جماعت ومحلّ ذکر و راز و نیاز با معشوق مطرح بوده است. مؤمنان هنگام مسجد رفتن باید بهترین زینت‌های خود را به کار برند تا ظاهر جمعیت آنان جذاب شود. برای کسانی که با انگیزه‌های الهی اقدام به بنای مسجد می‌کنند، اجر و ثواب زیادی ذکر شده است. اگر چه مسلمانان در آبادی و عمران مساجد کوشا بوده و هستند، امّا در حقیقت، این مساجد هستند که به مسلمانان و دین خدمت نموده‌اند. در این پژوهش ضمن پرداختن به آیات و روایات اثبات کرده‌ایم که اطمینان و آسایش حاصل از حضور در مسجد، توانایی انجام صحیح وظایف و تکالیف شرعی دیگر را فراهم می‌آورد. مسجد فضایی را به وجود می‌آورد که روح تعبّد و انگیزه‌های استوار بندگی خدای متعال در چنین فضایی آکنده از رحمت الهی درکالبد مسجدی‌ها دمیده می‌شود و دل و جان آنان به رایحه‌ی خوش معنویت معطّر می‌گردد و به این نتیجه رسیدیم که مساجد می‌توانند به عنوان مکان‌های بسیار مناسب، برای رشد و تعالی اخلاق فردی و اجتماعی نقش مهمّی ایفا نمایند.

کلمات کلیدی: قرآن، مسجد، عبادت، تاثیرگذاری، جامعه

***نویسنده مسئول: محبوبه عابدی**، سازمان آموزش و پرورش استان فارس، مدیریت آموزش و پرورش فسا، دبیرستان ایثارگران فاطمه الزهرا(س)
Email: mahbobeh.abedi@chmail.ir

مقدمه

مسجد تاریخی به قدمت تاریخ بشر دارد، خانه‌ی کعبه اوّلین خانه‌ای بود که برای مردم بنا شد و زمین از زیر آن وسعت گرفت و مسطّح شد و اوّل خانه‌ای است که موقع آفرینش آسمان‌ها و زمین بر روی آب ظاهر شد، خداوند آن را ۱۰۰۰ سال پیش از زمین آفرید (طبرسی، ۱۷۱/۴). در قصّه‌های انبیا و اولیای الهی قبل از اسلام همانند حضرت مریم علیه‌السّلام (آل عمران/۳۷) و اصحاب کهف (کهف/۲۱) سخن از مسجد و محراب به میان آمده و از طرفی مساجد را محلّ جلوس انبیا (نوری، ۳۶۲/۳، « الْمَسَاجِدُ مَجَالِسُ الْأَنْبِيَاء») معرّفی کرده‌اند. قرآن مساجد را در کنار معابد دیگر همچون صومعه، بیع و صلوات قرار داده و مساجد را محلّ ذکر و نام خداوند یاد نموده است (حجّ/۴۰). برخی گویند: صومعه کلیسای مسیحیان در کوه و بیابان و بیعه کلیسای ایشان در آبادی‌ها و مسجد، عبادتگاه مسلمانان و صلوات عبادتگاه یهودیان است (طبرسی، ۲۲۰/۱۶). این بیانگر آن است که مسجد پایگاه موحّدان است و عبادت در مسجد غیر از عبادتی است که در سایر معابد انجام می‌گیرد.

در تاریخچه‌ی مسجد می‌توان به مسجد جامع دمشق (۷۰۹م) که مقام و محلّ دفن سر یحیا علیه‌السّلام است (hamadan.haj.ir)، مسجد تونس (۷۳۲م) (rasekhoon.net)، مسجد قرطبه (۷۸۵م) (fa.wikipedia.org) و مسجد کوفه اشاره نمود. مسجد کوفه یکی از مساجد چهارگانه بزرگ جهان اسلام است که در شهر کوفه عراق ساخته شده است. این مسجد در ۱۲ کیلومتری شمال شهر نجف واقع است. این مسجد ابتدا توسط حضرت آدم علیه‌السّلام ساخته شده و پس از مسجدالحرام قدیمی‌ترین مسجد جهان است (fa.wikipedia.org).

مسجد در قرآن

کلمه‌ی مسجد در قرآن ۲۸ بار تکرار شده که ۲۲ بار به صورت مفرد و ۶ مرتبه به حالت جمع آمده است. از حالات مفرد ۱۵ بار مسجدالحرام، ۲ بار اشاره به مسجدالاقصی و ۵ مرتبه به طور مطلق به کار رفته است. برخی از آیات مسجدالحرام، مربوط به تغییر قبله

(بقره/۱۴۴، بقره/۱۴۹ و بقره/۱۵۰)، بعضی مربوط به مراسم حج (بقره/۱۹۶، فتح/۲۵ و فتح/۲۷)، تعدادی در رابطه با جنگ و قتال با مشرکان (بقره/۲۱۷، بقره/۱۹۱، مائده/۲، انفال/۳۴، توبه/۷، توبه/۲۸، توبه/۱۹ و حج/۲۵) و یک آیه مربوط به معراج (اسراء/۱) است. مسجد به صورت مطلق در برخی آیات (اعراف/۲۹، اعراف/۳۱، کهف/۲۱، توبه/۱۰۷، توبه/۱۰۸. بقره/۱۸۷، حج/۴۰ و جن/۱۸) و به شکل جمع سه بار مساجد الله (بقره/۱۱۴، توبه/۱۷ و توبه/۱۸) و سه بار مساجد (بقره/۱۸۷، حج/۴۰ و جن/۱۸) آمده است (www.tebyan.net).

علّت نامگذاری «مسجد»

این مکان مقدّس را «مسجد» نام نهاده‌اند چون جایگاه سجده و تواضع در پیشگاه خداوند متعال است. سجده، مظهر بندگی و کُرنش در برابر حقّ تعالی است و در میان تمامی عبادت‌ها حتّی نسبت به دیگر اجزای نماز نیز از شرافت و برتری ویژه‌ای برخوردار است. بنابراین، مسجد به معنای محلّ سجده و نماز و در واقع به معنای جایگاه عبادت و یاد خداوند متعال است. سجده مظهر اوج بندگی و نشانه‌ی کمال عبودیّت انسان است. در فرهنگ دینی، گاه از مسجد به عنوان «بیت الله» و«خانه‌ی خدا» نیز یاد می‌شود (نور/۳۶). قرآن کریم، کعبه را که برترین خانه‌ی خدا در زمین است، خانه‌ای برای مردم به شمار آورده و می‌فرماید:

إِنَّ أَوَّلَ بَيْتٍ وُضِعَ لِلنَّاسِ لَلَّذِي بِبَكَّةَ (آل عمران/۹۶)

در حقیقت، نخستین خانه‌ای که برای «عبادت» مردم؛ نهاده شده، همان است که در مکه است.

ابراهیم علیه‌السّلام خانه کعبه را بنا می‌کند، از آیات مختلف قرآن و تواریخ اسلامی به خوبی استفاده می‌شود که خانه‌ی کعبه پیش از ابراهیم علیه‌السّلام، حتّی از زمان آدم علیه‌السّلام بر پا شده بود، سپس در طوفان نوح علیه‌السّلام فرو ریخت و بعد به دست ابراهیم علیه‌السّلام و فرزندش اسماعیل علیه‌السّلام تجدید بنا گردید (بابایی، ۱۲۳/۱). (قرآن در این باره می‌فرماید:

وَإِذْ يَرْفَعُ إِبْرَاهِيمُ الْقَوَاعِدَ مِنَ الْبَيْتِ وَإِسْمَاعِيلُ رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ (بقره/۱۲۷)

و هنگامی که ابراهیم علیه‌السّلام و اسماعیل علیه‌السّلام پایه‌های خانه «کعبه» را بالا می‌بردند، «می‌گفتند:» «ای پروردگار ما، از ما بپذیر که در حقیقت، تو شنوای دانایی». می‌توان نتیجه گرفت که خداوند متعال از زمانی که اوّلین انسان را خلق کرد (از حضرت آدم علیه‌السّلام) محلّی برای این که بشر در آن مکان او را عبادت کند در نظر گرفت. گویا خالق بشریّت خودش دوست دارد بنده‌اش او را یاد نموده و به او نزدیک شود.

آداب مسجد

ازآداب مسجد رفتن، زینت کردن به هنگام داخل شدن در مسجد است.

بَنِي آدَمَ خُذُواْ زِينَتَكُمْ عِندَ كُلِّ مَسْجِدٍ (اعراف /۳۱)

ای فرزندان آدم! زینت و آراستگی خویش را نزد هر مسجدی اتخاذ کنید.

در تفسیر این آیه دو نوع زینت مطرح است یکی زینت ظاهر و دیگری زینت باطن. اکنون نظر مفسّران مختلف را بررسی می‌کنیم. در تفسیر المیزان می‌خوانیم: منظور از زینت کردن آرایشی است معنوی که مناسب با نماز و طواف و سایر عبادات باشد (طباطبایی، ۹۹/۸). در تفسیر نور می‌بینیم که: خطابِ «یا بَنِی آدَمَ»، مربوط به تمام انسان‌ها و همه‌ی ادیان و از مشترکات آنان است. قرآن به مال و فرزند، «ازَّيَّنَتْ» گفته است، «الْمالُ وَ الْبَنُونَ زِينَةُ الْحَياةِ الدُّنْيا» (کهف/۴۶) بنابراین ممکن است آیه بیانگر این باشد که مال و فرزند خود را هنگام رفتن به مسجد همراه داشته باشید، تا با مال، به حل مشکلات اقتصادی مسلمین بپردازید و با حضور فرزند در مساجد و جماعات، مشکلات تربیتی نسل آینده را حل کنید (قرائتی، ۵۲/۴). در تفسیر نورالثقلین آمده است که در روایات، امام جماعتِ عادل، آراستگی ظاهر، عطر زدن و لباس زیبا پوشیدن به هنگام نماز، بلند کردن دستان به هنگام رکوع و سجود در نماز، شرکت در نماز عید و نماز جمعه، از جمله مصادیق زینت شمرده شده‌اند (عروسی حویزی، ۱۹/۲). صاحب مجمع البیان می‌گوید: امام مجتبی علیه‌السّلام به هنگام نماز و حضور در مسجد، بهترین لباس خود را می‌پوشید و می‌فرمود: «اِنَّ اللهَ جَميلٌ و يُحِبُّ الْجَمالَ فَاَتَجَمَّلُ لِرَبّی»، خداوند

زیباست و زیبایی را دوست دارد (طبرسی، ۶۷۳/۴)، در تفسیر هدایت آمده است، همه‌ی چیزهایی که مردم را به یکدیگر نزدیک می‌کند از جمله پاکیزگی و خودآرایی در مسجد مستحبّ و گاه واجب است. خداوند فرمان می‌دهد که مؤمنان بهترین زینت‌های خود را در مسجد به کار برند تا ظاهر جمعیّت آنان جذاب شود و مردم از ملاقات و نشستن با یکدیگر هم لذّت ببرند (مدرسی، ۲۶۱/۳).

وَأَقِيمُوا وُجُوهَكُمْ عِندَ كلِّ مَسجِدٍ وَ ادْعُوهُ مخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ (اعراف/۲۹)

و روی خود را نزد هر مسجدی متوجه (خدا) سازید و او را با اخلاص در دین بخوانید.

جمله‌ی «وَ أَقِيمُوا وُجُوهَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ» به ضمیمه‌ی «وَ ادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ» این معنا را افاده می‌کند که بر هر عابد واجب است که در عبادت خود توجّه را از غیر عبادت و در بندگی برای خدا توجّه را از غیر خدا منقطع سازد (طباطبایی، ۹۹/۸). مفسّران را در معنای جمله‌ی «وَ أَقِيمُوا وُجُوهَكُمْ» اقوال دیگری است: یکی این که «در نماز به طور مستقیم متوجّه قبله‌ی هر مسجدی شوید»، دیگر این که «در موقع سجده که همان موقع نماز است متوّجه آن نقطه‌ای شوید که خدا دستور داده و آن نقطه کعبه است»، دیگری «وقتی در مسجدی وقت نمازی را درک کردید همان جا نمازتان را بخوانید و نگویید باشد تا به مسجد محلّ خود برگردیم»، هم‌چنین «در موقع نمازهایی که باید به جماعت گزارد به سوی مسجد بروید» و نیز از آن جمله است که «خدا را به خلوص اطاعت کنید و در عبادت بت‌ها را شریک او مگیرید» (طبرسی، ۶۳۵/۴) و در حقیقت قول آخر معنای آیه‌ی مورد بحث نیست، بلکه معنای آیه‌ی «وَ ادْعُوهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ» است (طباطبایی، ۹۹/۸).

هم‌چنین خداوند می‌فرماید:

وَأَنَّ الْمَسَاجِدَ لِلَّهِ فَلَا تَدْعُوا مَعَ اللَّهِ أَحَدًا (جن/ ۱۸)

و مساجد ویژه خداست، پس هیچ کس را با خدا مخوانید.

پس با خدا احدی را نپرستید و نخوانید، پس در حقیقت تقدیر آیه چنین است «فَلا تَدْعُوا مَعَ اللَّهِ أَحَداً الْمَساجِدَ لِلَّهِ» با خدا احدی غیر او را مخوانید (طباطبایی، ۷۶/۲۰)، برای این که مساجد تنها مال او است پس مساجد باید بزرگ‌ترین پایگاه توحید و یگانه پرستی در جامعه‌ی اسلامی باشند. پایگاه‌هایی که در آن هر روز به یگانگی خداوند و اصل توحید به عنوان مبنایی‌ترین رکن دین اسلام شهادت داده می‌شود تا تذکّری دائمی، برای مؤمنان باشد.

از تدّبر در آیات و تفاسیر ذکر شده می‌توان دریافت، آن خدایی که عاشق بنده‌ی خود است، دوست دارد، هنگام عبادت او را بسیار پاکیزه در جسم و لباس و در محلّی مقدّس همراه با برادران دینی ببیند. معبود یکتا می‌پسندد که این زیباسازی در فکر و درون انسان نیز وجود داشته باشد و همه‌ی این عبادت‌ها فقط برای او باشد و این در صورتی امکان دارد که تمام کارها و امور با نیّت خالص انجام گیرد، یعنی توجّه به غیر خدا نباشد.

فضیلت مسجد سازی و آباد نگه داشتن آن

رسول اکرم صلّی الله علیه و آله و سلم فرمودند:

مَنْ بَنَى لِلَّهِ مَسْجِداً وَ لَوْ مِثْلَ مَفْحَصِ قَطَاةٍ بَنَى اللَّهُ لَهُ بَيْتاً فِي الْجَنَّةِ (نوری، ۳۶۷/۳)

کسی که به خاطر خدا مسجدی را بنا نهد هر چند به اندازه‌ی آشیانه‌ی پرنده‌ی قطا (مرغی است که به فارسی آن را سنگ‌خوار گویند و آواز کردن آن در بیابان مسافران را دلیل باشد (دهخدا، ۳۴۱/۳۸) و پرنده‌ای که جثه‌ی آن به اندازه‌ی کبوتر و شبیه به فاخته و قمری است (نوبها ر، ۱۳۱/۱) باشد خداوند خانه‌ای را در بهشت برای او بنا خواهد کرد.

امام صادق علیه‌السّلام می‌فرمایند:

يَقُولُ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ وَ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى إِذَا أَرَدْتُ أَنْ أُصِيبَ أَهْلَ الْأَرْضِ بِعَذَابٍ لَوْ لَا رِجَالٌ يَتَحَابُّونَ حَلَالِي وَ يَعْمُرُونَ مَسَاجِدِي وَ يَسْتَغْفِرُونَ بِالْأَسْحَارِ لَوْلَاهُمْ لَأَنْزَلْتُ عَذَابِي (نوری، ۳۶۷/۳)

خداوند متعال آنگاه که بخواهد اهل زمین را به کیفر اعمال بدشان عذاب نماید، می‌فرماید: به احترام آنان که به خاطر من با یکدیگر دوستی و محبت می‌ورزند و مساجدم را آباد می‌نمایند و سحرگاهان به استغفار می‌پردازند، عذاب خود را بر آنان نازل نمی‌نماییم.

مَا كَانَ لِلْمُشْرِكِينَ أَن يَعْمُرُواْ مَسَاجِدَ الله شَاهِدِينَ عَلَى أَنفُسِهِمْ بِالْكُفْرِ أُوْلَئِكَ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ وَفِي النَّارِ هُمْ خَالِدُونَ (توبه/۱۷)

إِنَّمَا يَعْمُرُ مَسَاجِدَ اللّهِ مَنْ آمَنَ بِاللّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ وَأَقَامَ الصَّلاَةَ وَآتَى الزَّكَاةَ وَلَمْ يَخْشَ إِلاَّ اللّهَ فَعَسَى أُوْلَئِكَ أَن يَكُونُواْ مِنَ الْمُهْتَدِينَ (توبه/۱۸)

مشرکان را نرسد که مساجد خدا را آباد کنند، در حالی که به کفر خویش شهادت می‌دهند. آنانند که اعمالشان به هدر رفته و خود در آتش جاودانند. مساجد خدا را تنها کسانی آباد می‌کنند که به خدا و روز بازپسین ایمان آورده و نماز برپا داشته و زکات داده و جز از خدا نترسیده‌اند، پس امید است که اینان از راه یافتگان باشند.

آیه‌ی اوّل از دو آیه‌ی فوق، بیانگر آن است که مشرکان شایستگی و لیاقت آباد نمودن مساجد الهی را ندارند (نوبهار، ۱۴۸/۱). «آیه‌ی دوّم نیز چهار شرط اساسی را برای تعمیرگران مساجد ذکر می‌نماید: ۱- بایستی انسان‌هایی خداجو و مؤمن به مبدأ و معاد باشند. ۲- از به پای دارندگان نماز باشند. ۳- کسانی که زکات، یعنی حقوق مالی واجب خویش را ادا می‌کنند. ۴- آنان تنها خشیت خدای را در دل دارند.» (ر.ک: طباطبایی، ۲۶۶/۹-۲۶۹). در جامعه‌ی امروز برخی از مردم فکر می‌کنند هر پولی را می‌توان برای مسجد داد، در حالی که خداوند در این آیه به همه‌ی این افراد جواب می‌دهد، شرط آبادانی مساجد، تقوای الهی است، مساجد باید توسط اهل تقوا آباد و اداره گردد تا به رسالت‌های سنگین خود جامه‌ی عمل بپوشد.

آثار رفت و آمد به مسجد

حقیقت اسلام، تسلیم در برابر بایدها و نبایدهای الهی است. اثر روانی این تسلیم، رابطه‌ی عشق و پرستش بندگان با خداوند است. مسجد، آباد کننده‌ی دل، تصفیه کننده‌ی جان و مرکز تجلّی انوار ربوبی بر قلب مؤمنان است (انصاریان، ۲۷۵/۴). امام علی علیه‌السّلام می‌فرمود:

مَن اختَلَفَ اِلَی المَسجِدِ اَصابَ اِحدَی الثَّمانِ، اَخاً مُستَفاداً فِی الله، اَو عِلماً مُستَطرَفاً اَو آیَةً مُحکَمَةً اَو یَسمَعُ کَلِمَةً تَدُلُّ عَلی هُدیً، اَو رَحمَةً مُنتَظَرَةً، اَو کَلِمَةً تَرُدُّهُ عَن ردی، اَو یَترُکَ ذَنبا خَشیَةً اَو حَیاءً (صدوق، ۳۵۷/۱ و مجلسی، ۳۵۱/۸۳)

هر کس پیوسته یا در وقت هر نماز به طرف مساجد روان باشد یکی از این هشت چیز را بهره خواهد برد، برادری که در راه خدا مورد استفاده او باشد، یا طرفه دانشی که از زبده‌های علم باشد، یا نشانه‌ی محکمی که در راه حقّ او را استوار سازد، یا رحمتی از طرف حقّ که در انتظار او بوده، یا کلمه و سخنی که او را از بدی باز دارد، یا شنیدن جمله‌ای که او را براه خیر و نجات راهنمائی کند، یا گناهی را از ترس خدا ترک نماید و یا آن که از سر شرم و حیا گناهی را ترک کند (این فوائد همه در رفتن به مسجد است).

مسجد بهترین مکان هم‌نشینی با خدا و زیارتگاه حقیقی او محسوب می‌شود. خداوند در مقابل این هم‌نشینی، اقامه‌ی نماز و مناجات ارمغان می‌دهد و هدیه‌ی فراوان به کسانی عطا می‌کند که جای مناجات خود را در آن مکان مقدّس قرار دهند. از طرفی مردم کوچه و محلّه به افراد مسجدی اعتماد می‌کنند و نوعی آبرو و احترام و صمیمیّت را خداوند برای آن‌ها می‌خواهد.

نقش مسجد در تعالی اخلاقی جامعه

امروزه که جنگ نرم و نقشه‌های دشمن، جوانان و دانشجویان را نشانه گرفته و تصمیم دارد جامعه‌ی مسلمانان را به فساد و تباهی بکشاند و وسایل کشتار جمعی در ایجاد مفاسد و نابودی اخلاق و ترویج امور ضدّ بشری در سراسر دنیا بسیار فعّالند، در واقع مساجد، نقش نجات‌دهنده و معجزه‌آسایی را در بیداری مردم ایفا کرده و تأثیرگذاری برنامه‌های مسجد در خودسازی افراد قابل وصف نیست.

۱- موعظه

موعظه در لغت به معنی پند دادن، نصیحت و اندرز می‌باشد و در اصطلاح به سخنی که دل‌های سنگوار و سخت را نرم سازد و اشک از دیدگان جامد بگشاید و کردارهای زشت نیکو گرداند (دهخدا، ۹۸/۴۶).

«گاهی غفلت، جلو دید انسان را می‌گیرد و پرده‌ای در مقابل بصیرت او می‌افکند. آن چه در زندگی نقش «بیدارباش» و هشداردهنده ایفا می‌کند و جدا افتادگان از راه را دوباره به مسیر اصلی برمی‌گرداند و حرکتشان را رو به طرف هدف تنظیم می‌کند، «موعظه» است. بزرگترین واعظ در هستی خداست، برترین مجموعه‌ی موعظه هم قرآن است. روح انسان نیز نیازمند به غذا است ولی غذای روح با جسم متفاوت است، غذای روح چیزی است که به انسان نشاط و انگیزه بدهد و او را از غفلت رهاند و با فطرت آشتی دهد، با خدا و معنویات آشنا سازد، او را به یاد کرامت انسانی بیندازد، این‌ها همه در موعظه جمع است. پند دل را زنده می‌کند. دل که زنده شد؛ انسان به حیات می‌رسد. چون نیروی تازه و اراده‌ی نو و تصمیم تازه پیدا می‌کند (ر.ک: محدّثی، ۱۰-۷). امام علی علیه‌السّلام می‌فرمایند:

۱- مَنْ كَانَ لَهُ مِنْ نَفْسِهِ وَاعِظٌ كَانَ عَلَيْهِ مِنَ اللَّهِ حَافِظ (شریف الرّضی، ۳۹۲)

هر کس واعظ درونی داشته باشد، خدا هم بر او واعظی می‌گمارد.

۲- اقْبَلُوا النَّصِيحَةَ مِمَّنْ أَهْدَاهَا إِلَيْكُمْ وَ اعْقِلُوهَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ (همو، ۱۱۷)

نصیحت آن کس را که خیرخواه شماست گوش کنید و به جان و دل بپذیرید.

یکی از علّت‌های اصلی رفت و آمد به مسجد بهره‌مند شدن از همین موعظه‌ها، نصایح وحکایت‌های بیدار کننده می‌باشد. گاهی امام جماعت از سرنوشت و سرگذشت انسان‌هایی که روزی در این دنیا می‌زیسته‌اند و دارای کاخ‌ها، قدرت‌ها، شهرت‌های علمی و مالی بودند سخن می‌گوید. گاهی از فریب‌های دنیا، این مار خوش خطّ و خال که چه پهلوانان از آن گول خورده‌اند و زمانی با یاد مرگ به دل‌های غافل تنه زده آن‌ها را بیدار می‌کند. در مسجد مسلمانان به سراغ قرآن می‌روند و با تلاوت آیات الهی و یا گوش دادن به آن علاوه بر اجر معنوی با تعمّق و تفکّر در آیات در این دریای طوفانی جهت خود را پیدا کرده و راهی نور می‌شوند. می‌دانیم که بهترین پندهای الهی در این کتاب آسمانی است چرا که قرآن می‌فرماید:

وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ ما هُوَ شِفاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنين (اسرا/۸۲)

يا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفاءٌ لِما فِي الصُّدُورِ وَ هُدىً وَ رَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنينَ (یونس/۵۷)

۲- اعتکاف

اعتکاف مصدر باب افتعال از عکف به معنی پیوستگی بر چیزی و حبس کردن، در لغت درنگ کردن و ادامه دادن، در شرع توقّف کردن در مسجد جامع با نیّت به قصد عبادت (دهخدا، ۲۹۴۴/۷).

«اعتکاف سیره‌ی انبیا و اولیای قبل از اسلام حضرت (نوح، ابراهیم، یعقوب، یوسف، سلیمان، موسی، یحیی، مریم) علیهم السّلام، اصحاب کهف، پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم و ائمّه‌ی اطهار علیهم السّلام و همچنین سیره‌ی عارفان، عالمان مانند مرحوم مقدّس اردبیلی، سیّد علی قاضی طباطبایی، سیّد ابوالحسن اصفهانی بوده است» (ر.ک: مؤسّسه‌ی فرهنگی دارالهدی، ۵۷-۳۴)

آیات ۱۶ به بعد سوره‌ی مریم در مورد اعتکاف است.

وَ اذْكُرْ فِي الْكِتَابِ مَرْيَمَ إِذِ انتَبَذَتْ مِنْ أَهْلِهَا مَكَانًا شَرْقِيًّا

و در این کتاب از مریم یاد کن، آن گاه که از کسان خود، در مکانی شرقی به کناری شتافت.

زکریّا هر وقت در محراب بر او وارد می‌شد رزقی مخصوص نزد او می‌دید، می‌پرسید: ای مریم این رزق کذایی از ناحیه چه کسی برایت آورده‌اند؟ می‌گفت این رزق از ناحیه خدا است. آری خدا به هر کس که بخواهد بی‌حساب رزق می‌دهد (آل عمران/۳۷). پس اعتکاف پیشینه‌ای قبل از اسلام دارد و حضرت مریم علیه السّلام برای عبادت به گوشه‌ی شرقی مسجد می‌رفت و از همه کناره می‌گرفت و محراب محل جنگ با شیطان و کناره‌گیری از همه و روی آوردن به عبادت است که برایش غذای آسمانی فرستاده می‌شده است.

هم‌چنین آیات ۸۴-۸۳ سوره‌ی طه دلیل بر اعتکاف حضرت موسی علیه السّلام در کوه طور برای عبادت و تزکیه نفس می‌باشد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم و قبل از رسالت نیز در غار حرا اعتکاف می‌کردند در آن جا هم به تفکّر درباره‌ی آفرینش پرداخته و هم عبادت می‌نمودند و سرانجام این تفکّرات، منجر به خودشناسی و معرفت به حقّ شد، طوری که ذات باری تعالی از بین این همه انسان بر روی کره‌ی زمین ایشان را به عنوان خاتم الانبیا انتخاب نمود.

آثار و اهداف اعتکاف

الف: آثار فردی دنیوی اعتکاف ۱- تقویت اراده: در واقع جستجو نمودن خوشبختی در طاعت الهی، همراه با روزه‌داری و انجام عبادات دیگر به شدّت اراده‌ی انسان را تقویت نموده و همّت فرد را در زندگی ارتقا می‌بخشد. ۲- اندیشه در سؤالات بنیادین هستی و آینده‌ی خویش و به سطح بالاتری از شناخت و بصیرت رسیدن. ۳- فزونی تجربه‌ها در اثر تعامل خاص با دیگران: در این فضای ملکوتی درس تواضع آموخته، روحیه‌ی فروتنی را در خویشتن تثبیت می‌کند.

ب: آثار معنوی اعتکاف ۱- غفران گناهان گذشته ۲- تحصیل بهشت الهی و راحت اخروی.

ج: اثر اجتماعی اعتکاف، کاهش جرم و بزهکاری و فساد در جامعه از آثار اجتماعی اعتکاف است. تأثیر در کاهش اعمال ضدّ ارزشی به میزان حجم شرکت کنندگان و کیفیّت برنامه‌های مسجد می‌باشد.

د: مقابله با تهاجم فرهنگی کفّار و استکبار از دیگر فواید اعتکاف می‌باشد، زیرا جهان کفر از دو طریق به اسلام حمله می‌کند یکی از طریق شبهات و دیگری شهوات» (ر.ک: روشن بین بروجردی، ۶۴-۶۱).

و اینک نظر ما: مقابله با تهاجم فرهنگی از ابعاد سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و فردی اعتکاف می‌باشد. برنامه‌ریزان می‌توانند با دعوت از اساتید اسلام شناس برای سخنرانی، بینش جوانان و دانشجویان را نسبت به مباحث عقیدتی و سیاسی بالا برده و از فعّالیّت دشمن بکاهند. بسیاری از افراد شرکت‌کننده مخصوصاً نوجوانان بعد از اعتکاف تصمیم به ترک کارهای اشتباه قبلی خود گرفته‌اند مانند از بین بردن عکس‌های مبتذلی که در رایانه‌ی شخصی خود داشته، رعایت حدود حجاب، انجام نماز اوّل وقت، اطاعت از پدر و مادر و تلاش و کوشش در زندگی با نیّت خالص از جمله‌ی اموری است که بعد از اعتکاف دقیق‌تر صورت می‌گیرد. با انجام اعمال عبادی مانند دعای امّ داوود و استفتاح که می‌خوانند شخص شرکت‌کننده در اعتکاف به تفکّر فرو رفته و از گذشته‌ی خود پشیمان شده، از خدا تقاضای توبه می‌کند. فرد اعتکاف کننده، اعتراف به عیوب خود و بزرگی خدا و رحمانیّت او می‌نماید. حقیقت اعتکاف در واقع همین پالایش درون است. سرانجام در پایان روز سوّم معتکفین با شکر خدای بزرگ و دادن صدقه و تلاش برای رسیدن به نتایج نورانی اعتکاف مسجد را ترک می‌گویند.

۳- دعا در مسجد

دعا به معنی حاجت خواستن، استغاثه به خدا، درخواست از درگاه خدا و جمع آن ادعیّه و دعوات است (دهخدا، ۲۳/۲۳). «داوود بن فرقد می‌گوید: امام صادق علیه السّلام فرمود: هرگاه حاجتی از خداوند دارم، هنگام ظهر برای دعا به مسجد می‌روم» (ر.ک: مجلسی، ۳۴۷/۴۷). «وقتی فشارهای سیاسی امویان بر پیروان امام سجّاد علیه السّلام شدّت یافت، آن حضرت فرزند گرامی‌اش، امام باقر علیه السّلام را فرمان داد تا به مسجد برود و برای رفع گرفتاری‌های شیعیان دعا کند. امام باقر علیه السّلام به مسجد رفت، دو رکعت نماز گزارد، گونه‌ی خود را به خاک نهاد و برای رفع گرفتاری‌ها دعا کرد و دعای او کارگر افتاد» (ر.ک: همو، ۲۶۰/۴۶). خلاصه می‌توان نتیجه گرفت وقتی شرایط و تحریم‌ها بر مسلمانان سخت گرفته می‌شد آن‌ها به مسجد پناه آورده و دعا می‌کردند و پیروزی اسلام بر کفر را از خدا می‌خواستند.

دعاهای دسته جمعی

البته یکی از آداب نیایش، همگانی و همراه با جمعیّت دعا کردن است. خداوند می‌فرماید:

وَ اصْبِرْ نَفْسَکَ مَعَ الَّذینَ یَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَداةِ وَ الْعَشِیِّ یُریدُونَ وَجْهَه (کهف/۲۸)

و با کسانی که پروردگارشان را صبح و شام می‌خوانند «و» خشنودی او را می‌خواهند، شکیبایی پیشه کن.

امام صادق علیه‌السّلام نقل کرده‌اند هرگاه پدرم از مشکلی رنجیده می‌شد زنان و بچّه‌ها را جمع کرده، دعا می‌کرد و آن‌ها آمین می‌گفتند (مجلسی، ۲۹۷/۴۶). جذّابیّت بخشیدن به این برنامه‌ها و به ویژه سودمند و کوتاه برگزار نمودن آن‌ها در مساجد می‌تواند باعث جذب افراد بیشتری به دعا باشد. انتخاب دعاهای متعدّد، مجالس دعا را از حالت یکنواختی بیرون می‌آورد و باعث می‌شود مردم با بخشی از گنجینه‌های ارزشمندی که متأسّفانه مهجور مانده، آشنا شوند. همنشینی اهل عبادت و ریاضت و هم‌صحبتی کسانی که ساعتی از زحمت طاعت، خود را فارغ نمی‌گذارند و نفس خود را به انواع زحمات مشقّت می‌دهند و ملاحظه‌ی احوال و اعمال ایشان باعث شوق و رغبت می‌گردد و سبب اقتدا و پیروی ایشان می‌شود. در دوران جنگ تحمیلی، مردم در ایّام با فضیلتی مانند اعیاد اسلامی و یا ماه محرّم و ماه رمضان و شب‌های عزیز قدر در مساجد کشور جمع می‌شدند و برای رزمندگان اسلام و سرفرازی ایران دعا می‌کردند، بسیار پیش آمده که برای بیماران صعب‌العلاج و یا هر مشکل غیر قابل حلّی در مسجد دعا کرده‌اند و آن دعاها کارساز شده است.

۴- مسجد و قرآن

یاران پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم به درک و برداشت قرآن توجّه نشان می‌دادند، هر کدام از آنان، گفته شده است، بیش از ده آیه فرا نمی‌گرفت تا این که معنایش را در می‌یافت و آن چه آن آیه‌ها خواسته بودند انجام می‌دادند. ابن عمر، برای از بر کردن سوره‌ی بقره هشت سال سپری کرد و گویند انس، یار پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم گفته است: مردی که می‌توانست سوره‌های بقره و آل عمران را بخواند در میان ما بزرگ می‌نمود. حتّی هنگامی که تنی چند از یاران پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم قرآن را یاد گرفتند به کارهای مهمّ‌تری از جمله آموختن به کودکان سرگرم بودند (شلبی، ۴۶).

«در طول تاریخ، برقراری جلسه‌های قرائت و تفسیر قرآن در مساجد گویای آن است که دوست‌داران قرآن و پرورش‌دهنده‌ی قاریان و مفسّران این کتاب مقدّس هستند. اُنس با مسجد و قرآن نشانه‌ی، عشق به صاحب قرآن و مسجد است. بنابراین مساجد جایگاه واقعی قرآن و تبیین و ترویج آن به شمار رفته، همواره حافظ قرآن بوده و در اجرای فرامین آن پیش قدم بوده‌اند» (ر.ک: عرشی نیاسر، ۵۸-۵۷).

برای ترویج قرآن می‌بایست از مربیّان و مدرّسان دوره دیده و مجرّب جهت حفظ، قرائت یا تفسیر استفاده نمود تا باعث جذب جوانان به سوی قرآن گردد. خلاصه برخی از برنامه‌های مسجد خیلی با صفا و جذّاب است که دوست ندارید به هیچ عنوان آن را از دست بدهید. مثال: نمازهای جماعت ماه مبارک رمضان، افطاری‌ها و نذورات در مسجد، احیا در شب‌های قدر، عزاداری‌ها و مخصوصاً مراسم سینه زنی و نوحه خوانی برای آقا امام حسین علیه السّلام و زیارت عاشورا از آن جمله‌اند. برای این که مساجد بتوانند به رسالت‌های خود عمل نمایند نیاز به عالمان وارسته‌ی دینی داریم و باید بر کار مساجد نظارت بیشتری باشد و نتایج آن‌ها مورد ارزیابی قرار گیرد. دعوت از سخنرانان متبحّر و روانشناسان با نگرش مذهبی، برای بیداری مردم و توصیف فرهنگ فاسد غرب و عواقب آن در همایش‌ها و مساجد از برنامه‌هایی است که باید به آن اهمیّت داده شود.

مساجد از تلاش خود برای گسترش تعلیم و تربیت، دریغ ننموده‌اند، چرا که فعّالیّت اساسی پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله و سلم همین بوده است؛ لذا مسجد النّبی صلی الله علیه و آله و سلم در مدینه نخستین پایگاه علمی بود و مسجد کوفه محلّ وعظ و خطابه حضرت امیر علیه السّلام قرار گرفت، در عصر امام صادق علیه السّلام مسجد به صورت دانشگاهی بزرگ در آمد. در قرون اولّیه اسلام، انواع دانش‌ها در این مکان وجود داشت. نقش تربیتی که ساختن شخصیّت اخلاقی و اجتماعی است و نقش تعلیمی که انتقال آگاهی و اطّلاعات و دانش‌ها به ویژه دانش دینی و معرفتی است، دوشادوش هم در فرد مؤثر بوده و او را برای ورود به جامعه آماده می‌سازند تا

شخصیتی مفید و متخصّص و متعبّد تحویل جامعه گردد (عرشی نیاسر، ۵۷). بنابراین مساجد مکانی مناسب است در جهت رشد و بالا بردن اخلاق فردی و اجتماعی در جوامع مختلف مسلمانان جهان.

نتیجه‌گیری

۱- مسجد خانه‌ی خدا و جایگاه سجده و تواضع در پیشگاه او و برای ملاقات با خدا باید به خانه‌اش شتافت. ۲- مسجد، پایگاه عبادت خداوند متعال و پایگاه تعلیم و تعلّم معارف اسلامی است، مکان تحصیل طهارت باطنی و درونی و فرودگاه رحمت و مغفرت الهی است. در کنار اقامه‌ی نماز در مساجد، سخنرانی‌های دینی و اجرای برنامه‌های سودمند مذهبی و کلاس‌های مختلف آموزشی، طراوت اخلاقی مؤمنان را صیانت داده و گرد و غبار غفلت و فراموشی را از چهره‌های آنان می‌زدایند. ۳- مسجد تنها جایی است که می‌تواند در مقابل سیل ویرانگر فرهنگ فاسد غرب بایستد و باعث پیوند نسل‌های مختلف اجتماع در کنار یکدیگر گردد. ۴- رشد و تعالی اخلاق دینی جامعه در دو حوزه‌ی فردی و اجتماعی از اصلی‌ترین دغدغه‌های عالمان و فرهیختگان جوامع مسلمان می‌باشد که در مساجد تحققّ می‌یابد.

منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه‌ی فولادوندی. محمّد مهدی. (۱۴۱۵ق). تهران: دارالقرآن کریم.
۲. انصاریان، حسین. (۱۳۶۶ش). عرفان اسلامی(چاپ دوّم). تهران: پیام آزادی
۳. بابایی، احمدعلی. (۱۳۸۲ ش). برگزیده‌ی تفسیر نمونه(چاپ سیزدهم). تهران: دار الکتب الاسلامیّه.
۴. دهخدا، علی اکبر.(۱۳۶۵ش). لغت نامه. مؤسسّه‌ی لغت نامه‌ی دهخدا، تهران: مؤسسّه‌ی لغت نامه‌ی دهخدا.
۵. روشن بین بروجردی، حمید رضا. (۱۳۹۱ش). اعتکاف بریدن از غیر خدا، (چاپ هشتم). قم: انتشارات مؤسسّه‌ی فرهنگی مصباح الخیر
۶. شریف الرّضی، محمّدبن حسین. (۱۳۷۹ش) نهج البلاغه. ترجمه‌ی عبد المجید معادیخواه. (چاپ سوّم). تهران: نشر ذرّه
۷. شلبی، احمد. (۱۳۶۱ش). تاریخ آموزش در اسلام. ترجمه‌ی محمّد حسین ساکت. تهران: دفتر انتشارات فرهنگ اسلامی.
۸.صدوق، محمّدبن علی. (۱۳۶۷ش). من لایحضر الفقیه. ترجمه‌ی علی اکبر غفاری. تهران: نشر صدوق.
۹. طباطبایی، سیّد محمّد حسین. (۱۳۷۴ش). المیزان فی تفسیر القرآن ، ترجمه‌ی سیّد محمّد باقر موسوی همدانی. (چاپ پنجم). قم: دفتر انتشارات جامعه‌ی مدرسین حوزه‌ی علمیّه قم.
۱۰. طبرسی، فضل‌بن حسن. (۱۳۶۰ش). مجمع البیان فی تفسیر القران. ترجمه‌ی مترجمان. تهران: انتشارات فراهانی.
۱۱. عرشی نیاسر، عبّاس. (۱۳۸۷ش). مسجد گوهر بی‌همتا. قم: نشر معروف.
۱۲. قرائتی، محسن. (۱۳۸۳ش). تفسیر نور. تهران: مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن
۱۳. مجلسی، محمّدباقر. (۱۴۰۳ق). بحار الانوار (ط-بیروت)، بیروت : داراحیاءالتراث العربی
۱۴. محدّثی، جواد. (۱۳۹۱ش). موعظه. (چاپ پنجم) .مشهد: بنیاد پژوهش های اسلامی.
۱۵. مدرسی، سیّد محمّد تقّی. (۱۳۷۷ش). تفسیر هدایت. ترجمه‌ی مترجمان، مشهد: بنیاد پژوهش‌های آستان قدس رضوی،
۱۶. مکارم شیرازی، ناصر. (۱۳۷۴ش). تفسیرنمونه. تهران: دارالکتب اسلامیّه. ۱۳۷۴.
۱۷. مؤسسّه‌ی فرهنگی دار الهدی، (۱۳۸۶ش). اعتکاف ابرار. (چاپ هفتم). قم: خُلُق.

۱۸. نوبهار، رحیم. (۱۳۷۳ ش). سیمای مسجد. ، قم: مؤلف.

منابع عربی

۱۹. شریف الرّضی، محمّدبن حسین. (۱۴۱۴ق). نهج البلاغه. مصححّ صبحی صالح. قم: هجرت.
۲۰. طباطبایی، سیّد محمّدحسین. (۱۴۱۷ق). المیزان فی تفسیر القرآن. (چاپ پنجم). بی جا: دفتر انتشارات اسلامی جامعه‌ی مدّرسین حوزه‌ی علمیّه‌ی قم.
۲۱. عروسی حویزی، عبد علی‌بن جمعه. (۱۴۱۵ق). تفسیر نور الثقلین. (چاپ چهارم). قم: انتشارات اسماعیلیان
۲۲. مجلسی، محمّدباقر. (۱۳۶۲ش). بحار الانوار. تهران: دار الکتب الاسلامیّه.
۲۳. نوری، حسین بن محمّد تقی. (۱۴۰۸ق). مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل. قم: مؤسّسه‌ی آل البیت علیهم‌السلام.

منابع الکترونیکی

۲۴. جامع الاحادیث نور۳,۵، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
۲۵. جامع تفاسیرنور۲/۱، مرکز تحقیقات کامپیوتری علوم اسلامی.
۲۶. «fa.wikipedia.org»
۲۷. «hamadan.haj.ir»
۲۸. «www.rasekhoon.net»
29. «www.tebyan.net».

جایگاه و آثار دعا و نیایش در بهداشت روانی از دیدگاه قرآن کریم

عباس احمدی سعدی*

دانشگاه آزاد اسلامی، فسا، ایران.

چکیده

دعا و نیایش به معنای عام آن جزء لاینفک همه‌ی ادیان آسمانی است. ظاهراً در قرآن کریم نماز مصداق بارز دعا شمرده می‌شود زیرا در افعال و اذکار نماز، گویا شخص در تخاطب و گفتگوی با خداوند هم از او می‌شنود (ربوبیت، مالکیت مطلق و رحمانیت خداوند) و هم با او سخن گفته و هدایت و آمرزش طلب می‌کند. قرآن هرگز دامنه‌ی نیایش انسان‌ها را با خداوند به نماز محدود نمی‌کند و آدمی می‌تواند در هر زمان و مکان و در حالات خوشی و اضطرار (رخاء و شدت) با خداوند ارتباط موثر برقرار کند. این ارتباط نجوا گونه و همراه با دعا، بنابر وعده‌ی خداوند (ادعونی استجب لکم) مسموع و مستجاب است. ایمان و اعتماد فرد به این که دقیقاً در بحبوحه‌ی بحران یا دلتنگی یا شادی، مبدأ قدرتمند و مهربان هستی با اوست و از او حمایت می‌کند باعث احساس قوت، رضایت، بهجت و سرور حقیقی و نه توهمی فرد می‌شود. احساس فرح و شادی قلبی، اعتماد و تکیه به یک منبع لایزال مهربان، حس همراهی کیهانی با دیگر مخلوقات و احساس آمرزش از معاصی، بخشی از آثار دعا است که مجموعاً لازمه‌ی سلامت و بهداشت روانی آدمی – بنا بر فرهنگ قرآنی – محسوب می‌شود. این پژوهش به روش کتابخانه‌ای انجام گرفته و هدف آن بازخوانی و تأکید بر ضرورت دعا و نقش آن در سبک زندگی مومنانه است.

کلمات کلیدی: دعا و نیایش، قرآن، سلامت روانی، ایمان

* **نویسنده مسئول: عباس احمدی سعدی، دانشگاه آزاد اسلامی، فسا، ایران.** Email: aahmadi85@gmail.com

مقدمه

قرآن کریم به عنوان آخرین پیام الهی برای انسان، از آن جهت که شفای دل‌ها و بواطن انسان‌ها است[1]، هرگز در امر هدایت و دستگیری از آن‌ها کوتاهی نکرده است. آموزه‌های روحانی و معنوی قرآن در پرتو تفسیر بیانی و عملی رسول گرامی اسلام (ص) و اوصیای معصوم او (علیهم السلام)، گونه و سبک ویژه‌ای از زندگی مؤمنانه را عرضه می‌کند که نتیجه‌ی خجسته‌ی آن به تعبیر خود قرآن، «حیات طیبه»[2] یعنی زندگی پاک و منزه است. در این میان دعا و نیایش یکی از راه‌ها و وسیله‌های بسیار مهم و مؤثر برای نیل به فلاح و حیات طیبه است:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اتَّقُواْ اللّهَ وَابْتَغُواْ إِلَيهِ الْوَسِيلَةَ »(سوره مائده/ آیه ۳۵)

ای کسانی که آیمان آورده‌اید از خداوند پروا کنید و به سوی او وسیله بجویید.

پرسش‌های تحقیق

۱- معانی دعا در قرآن کدامند؟

۲- ضرورت دعا و نیایش و آثار آن در زندگی مؤمنانه، بنا بر آیات قرآن، چگونه تبیین می‌شود؟

روش تحقیق

بنابر ماهیت نظری موضوع، روش تحقیق توصیفی، تحلیلی و تفسیری است که با مطالعات کتابخانه‌ای انجام گرفته است.

۱- اشاره به آیه‌ی ۸۲ سوره‌ی اسراء: «وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاء وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلاَ يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلاَّ خَسَاراً».

۲- اشاره به آیه‌ی ۹۷ سوره‌ی نحل: «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ»

فرضیه‌ی پژوهش

به نظر می‌رسد دعا دست‌کم در دو معنای متفاوت در قرآن مطرح می‌شود. اولی معنای عام آن یعنی فراخوانی و ندا دادن که ممکن است از سوی خدا و پیامبر (ص) نسبت به دیگران صورت پذیرد. دوم: دعا به معنای اخص که همراه با نیاز و طلب است که این معنا فقط از سوی انسان به سوی خداوند، واقع می‌شود.

همچنین در پاسخ پرسش دوم بنا بر ارشادهای معصومین (ع) و آراء مفسرین، ایمان دینی و زندگی به شیوه‌ی خداپسندانه هرگز نمی‌تواند بدون رابطه‌ی «طلب و اجابت» یعنی دعا و نیایش، قوام گیرد.

۱- معانی مختلف دعا در قرآن

دعا مانند ندا کردن و به همان معنا است و گاهی هر یک به جای دیگری استعمال می شود. مانند: «وَمَثَلُ الَّذِينَ كَفَرُواْ كَمَثَلِ الَّذِي يَنْعِقُ بِمَا لاَ يَسْمَعُ إِلاَّ دُعَاء وَنِدَاء صُمٌّ بُكْمٌ عُمْيٌ فَهُمْ لاَ يَعْقِلُونَ»(سوره بقره/ آیه ۱۷۱) و معنای دیگر دعا، نام‌گذاری یا تسمیه است مانند: «دعوتُ ابنی زیداً» یعنی «سمیتهُ زیدا» پسرم را زید می‌خوانم یعنی نام او را زید نهادم. معنای سوم دعا در قرآن همراه با استغاثه و درخواست و طلب است مانند: «وَلاَ تُفْسِدُواْ فِي الأَرْضِ بَعْدَ إِصْلاَحِهَا وَادْعُوهُ خَوْفًا وَطَمَعًا إِنَّ رَحْمَتَ اللّهِ قَرِيبٌ مِّنَ الْمُحْسِنِينَ» گاهی درخواست و سوال بدون استغاثه و تضرع است مانند: «اُدع لنا ربک» معنای دیگر دعا که ذیل فراخواندن به چیزی است به معنای برانگیختن و تحریک نمودن مخاطب برای چیزی است: « قَالَ رَبِّ السِّجْنُ أَحَبُّ إِلَيَّ مِمَّا يَدْعُونَنِي إِلَيْهِ وَإِلاَّ تَصْرِفْ عَنِّي كَيْدَهُنَّ أَصْبُ إِلَيْهِنَّ وَأَكُن مِّنَ الْجَاهِلِينَ» (سوره یوسف/ آیه ۳۳) (ر.ک: راغب اصفهانی، ۱۳۸۷، ص۱۷۶).

از تأمل در معانی مذکور چنین به نظر می‌رسد که «دعا» در معنای عام خود یعنی فراخواندن که می‌تواند از سوی خدا و انسان به مثابه‌ی یک فعل واقع شود. اگرچه در علل و انگیزه‌های فعل قطعاً اختلاف وجود دارد چنان که دعوت خداوند همواره به سوی خیر و مصالح آدمیان است. اما دعا و دعوت برخی انسان‌ها می‌تواند به سوی شر و فساد باشد چنان که در معنای آیه ۳۳ سوره یوسف آشکار است.

اما معنای اخص دعا که مدنظر این نوشتار است آن‌گونه از دعا است که از جانب انسان به سوی خداوند رخ می‌دهد و همراه با ایمان و اعتقاد پاک به خداوند و امدادهای آشکار و نهان اوست. این قسم از دعا است که با «نیایش» و «مناجات» شباهت و ترادف معنایی می‌یابند. نباید از نظر دور داشت که در این‌گونه دعا و نیایش نیز به حسب اغراض و احوال افراد اقسام متفاوتی از دعا و نیایش شکل می‌پذیرد: ذیلاً پس از بیان ضرورت دعا، با توجه به آیات قرآن به آثار و کارکردهای متفاوت دعا و مناجات در زندگی اشاره می‌شوند.

۲- ماهیت دعا و ضرورت آن در زندگی ایمانی

دعا و نیایش در معنای اخص آن که به ارتباط انسان با خداوند شکل می‌دهد، از لوازم ایمان و بلکه محبت به خداوند است. نمی‌توان پذیرفت که فردی واجد ایمان به خدا هست اما از گفتگوی با او و در میان نهادن نیازهای خود با او، کناره‌گیری کند. اگر دعا را شکل یا نماد بارز عبادت بدانیم- که ظاهراً چنین است و نماز مشتمل بر ادعیه است- آنگاه می‌توان گفت که دعا و نیایش نشانه و لازمه‌ی ضروری بندگی و عبودیت است.

مگر می‌شود کسی خود را عبد خداوند بداند اما از عبادت او یعنی دعا و نیایش با او، طفره رود؟! چنان که پیامبر بزرگ الهی حضرت عیسی (ع) و فرشتگان مقرب فروتنانه خدای واحد را پرستش و عبادت می‌کنند:

> «لَّن يَسْتَنكِفَ الْمَسِيحُ أَن يَكُونَ عَبْداً لِّلّهِ وَلاَ الْمَلاَئِكَةُ الْمُقَرَّبُونَ وَمَن يَسْتَنكِفْ عَنْ عِبَادَتِهِ وَيَسْتَكْبِرْ فَسَيَحْشُرُهُمْ إِلَيهِ جَمِيعًا» (سوره نساء/ آیه ۱۷۲)
>
> مسیح و فرشتگان مقرب هرگز ابا ندارند از این که بنده‌ی خدا باشند و هرکس از پرستش او ابا داشته باشد و کبر بورزد به زودی همه‌ی آن‌ها را نزد خود گرد می‌آورد.

بنابراین دعا ماهیتاً همان پرستش و عبادت یا لازمه‌ی آن است. در حیات دینی واقعیاتی وجود دارند که در یک شبکه‌ی معنایی، درهم تنیده هستند. در اینجا نیز واقعیت عبادت، دعا و نیایش، ایمان و ذکر و محبت با هم فهمیده می شوند. چنان که ذکر خداوند در هنگام دعا و مناجات اجتناب‌ناپذیر است. دعا و عبادت در اشکال متنوع خود برای زندگی انسان مؤمن امری ضروری است زیرا تنها راه نجات و خلاصی آدم از دام خود و دنیا است- مراد دنیای پلید و مذموم است- به تعبیر یکی از صاحب نظران:

> تنها چیزی که انسان را به خدا نزدیک می‌کند نزاهت از طبیعت و دنیاست زیرا انسان متعلق به دنیا، به خدا نخواهد رسید و هرچه انسان را از خدا بازدارد، دنیای اوست، خواه مال و خواه مقاوم و خواه حب نفس؛ لذا وقتی خداوند متعال عبادت‌ها را بیان می‌کند، می‌فرماید راز این دستور آن است که شما طاهر شوید... طهارت را قرآن کریم، راز عبادت می‌داند و مراد طهارت ظاهری با آب وضو یا تیمم نیست بلکه طهارت باطنی و معنوی مراد است یعنی پاکی از انانیت و غرور. چنان که از مفاد آیه‌ی ششم سوره‌ی مائده دانسته می‌شود. (ر.ک: جواد آملی، ۱۳۷، ص۲۵)

بنابراین دعا و عبادت در اشکال مختلف خود واجد یک اثر و کارکرد مهم است و آن پاکی و طهارت درونی و روحی انسان است. آیا به راستی سلامتی و بهداشت اخلاقی و روانی با آلودگی‌های کوچک و بزرگ، ممکن است؟! مسلماً پاسخ منفی است. در فرهنگ قرآنی و اسلامی کلید اصلی سلامت روانی، خلاصی از خودخواهی و غرور است.

خودپرستی و دنیادوستی ریشه‌ی تمام بدبختی‌های آدمی است به تعبیر امام خمینی «همه‌ی بلاهایی که سر انسان می‌آید از این حب نفس است.» حب جاء است که انسان را به کشتن می‌دهد و به جهنم می‌برد: حبُ الدنیا رأس کل خطیئه» (.ک: خمینی، ۱۳۸۴، ص۱۰۸)

استنکاف از عبادت و دعا یعنی این که فرد از سر خودبزرگ‌بینی و تکبر، تن به درخواست و سوال کردن از خداوند ندهد، از سوی دیگر کسی که به غلط خود را بزرگ می‌پندارد، شیفته و محب خود می شود. بنابراین تکبر علت حب نفس است و علاج حب نفس و تکبر در برابر خدا عبودیت و دعا است. در دو آیه‌ی زیر ربط و وابستگی معنایی و واقعی ذکر و عبادت به زیبایی بیان شده است:

> «وَاذْکُر رَّبَّکَ فِی نَفْسِکَ تَضَرُّعاً وَخِیفَةً وَدُونَ الْجَهْرِ مِنَ الْقَوْلِ بِالْغُدُوِّ وَالآصَالِ وَلاَ تَکُن مِّنَ الْغَافِلِینَ* إِنَّ الَّذِینَ عِندَ رَبِّکَ لاَ یَسْتَکْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِهِ وَیُسَبِّحُونَهُ وَلَهُ یَسْجُدُونَ» (اعراف/ آیات۲۰۵و ۲۰۶)
>
> و پروردگارت را در بامدادان و شامگاهان در ذلت به زاری و ترس و بدون بانگ برداشتن [فریاد] یاد کن و از غافلان مباش. کسانی که نزد پروردگارت هستند [تقرب دارند] از عبادت او گردنکشی نمی‌کنند و او را تسبیح می‌گویند و بر او سجده می‌برند.

در این دو آیه خداوند با بلاغت تمام و با بیان کلمات متضاد ذکر و غفلت و عبادت و استکبار تقابل معناداری بین این حالات، ایجاد فرموده است. فیلسوف و الهیدان معاصر ونسان برومر (-۱۹۳۲ م) نیز در معرفی چیستی دعا و نیایش بر آن است که: «ایمان نوعی نسبت و اضافه بین خدا و انسان است اما نه از آن نوع اضافه‌هایی مقولی که بین دو شیء است [مانند اضافه‌ی مالکیت فرد بر اتومبیل] بلکه به گونه‌ای است که به تعلق وجودی بین دو شخص باز می‌گردد و رابطه‌ای محبت‌آمیز شکل می‌گیرد. نیایش و دعا در واقع ظهور و بروز این رابطه‌ی درونی و عاشقانه است.» (ر.ک: برومر، ۱۳۹۲، ص۲۵۲) اینک پس از آشنایی اجمالی با ماهیت دعا و نیایش به اصناف آثار آن در زندگی ایمانی اشاره می‌شود.

۳- آثار دعا و نیایش در زندگی

بدون شک دعوت خداوند از انسان‌ها به واسطه‌ی پیامبران متوجه هدف و غایت خاصی است که خود قرآن کریم آن را نیل به حیات و زندگی متعالی معرفی کرده است. رسیدن به زندگی واقعی و در شأن انسان اولین غایت کلان دعوت انبیا است و در خلال حرکت و تلاش انسان مؤمن و ایمانگرا، لوازم و حوادث دیگری نیز باید رخ دهد تا نتیجه‌ی نهایی آن تحصیل یقین و اطمینان نفس و «قلب سلیم» باشد.[۳] ذیلاً با استمداد از آیات قرآن به برخی از آثار دعا و نیایش اشاره می‌شود:

۳-۱- نیل به زندگی پاک یا حیات طیبه

یکی از مواردی که مشتقات واژه‌ی «دعا» به معنای «فراخوان» استعمال شده است. آیه‌ی زیر است که خداوند و رسول او داعی و دعوت کننده‌ی به سوی اموری هستند که آن امور منجر به زندگانی حقیقی می‌شود:

«يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُواْ اسْتَجِيبُواْ لِلّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُم لِمَا يُحْيِيكُمْ » (سوره انفال/ آیه ۲۴)

ای مؤمنان به ندای خداوند و پیامبر که شما را به پیامی حیات‌بخش می‌خوانند، لبیک اجابت گویید.

علامه طباطبایی در تفسیر این آیه می‌نویسد: خداوند در اینجا حقیقت امر و رکن واقعی چیزی را بیان نموده که دعوت پیامبر اسلام (ص) برای آن است و آن دعوت به حیات حقیقی است به وسیله‌ی خارج شدن از مرتبه‌ی پست و فرومایه‌ی [حیات حیوانی] و نیل به جایگاه شایسته‌اش در عالم وجود ... آن امر حیات بخش که فطرت انسانی نیز به آن دعوت می‌کند. همانا علم و آگاهی حق و اعمال و کردار حق است، این‌ها از لوازم زندگی سعادتمندانه هستند، مراد از علم و عمل حق، یعنی علم و عملی که مطابق با حقایق عینی و فطری است و آدمی با همین فطرت خدادادی خود اعتقاد و عمل درست و حق را ادراک می‌کند. (ر.ک: طباطبایی، المیزان، ج۹، ص۴۰ تا ۴۱)

اگر فهرستی از اعتقادها و اعمال درست و حق را تهیه کنیم، لاجرم باور به حق عبودیت خداوند و این که او معبود و شایسته‌ی عبادت است در رأس باورهای اصیل قرار می‌گیرد، سپس به تبع این علم و آگاهی حق، کردار و عمل متناسب با آن یعنی عبادات و شعایر دینی در زندگانی ظهور می‌یابد. تمام عبادات فردی و جمعی، آشکار و نهان، ظاهری و باطنی، جوارحی و جوانحی و ... در یک چارچوب مقدس، وحدت می‌یابند و آن قصد و نیت خالص فرد در جهت تقرب به حق و کسب سلامت نفسانی است. دعا و نیایش انسانی که آمیخته با نیازهای گوناگون اوست پاسخ مثبت به دعای خدا و رسول گرامی (ص) اوست و بدین‌ترتیب از تلاقی دوگونه «دعا» دیالوگ و نسبت عاشقانه‌ی «خدا- انسان» متولد می‌شود.

۳-۲- احساس کرامت و رضایت باطنی

یکی دیگر از آثار دعا و نیایش، احساس کرامت و بزرگی در جان و نفس نیایشگر است، از آن رو که اولاً خود را شایسته‌ی آن یافته که خداوند به او اذن دعا کردن داده است. انسان‌ها اگرچه به علت انسانیت از کرامت ذاتی بهره‌مند[۴] اما مؤمنینی که به وسیله‌ی عبادت و نیایش، اظهار بندگی و محبت می‌کنند، از کرامت مضاعفی بهره‌مند می شوند چون خود را در معرض گفتگو و مناجات با «رب کریم» قرار داده‌اند و کمال همنشین در فرد اثر می‌گذارد:

«يَا أَيُّهَا الْإِنسَانُ مَا غَرَّكَ بِرَبِّكَ الْكَرِيمِ» (سوره انفطار/ آیه۶)

هان ای انسان چه چیزی تو را در حق پروردگار بخشنده ات غره کرد؟!

۳- هر سه اصطلاح «یقین»، اطمینان (نفس مطمئنه) و قلب سلیم مأخوذ از آیات قرآنی است:
«وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ» سوره حجر/آیه ۹۹
«يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ* ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً» سوره فجر/ آیه ۲۷ و ۲۸
«يَوْمَ لَا يَنفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ*إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» سوره شعرا/ آیه ۸۸ و ۸۹
۴- کرامت ذاتی انسان در آیه‌ی «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً» (اسراء/ آیه۷۰) بیان شده است.

در آیات دیگری همچون آیه ۴۰ سوره نمل خداوند با صفت «کریم» توصیف شده است. علاوه بر خداوند و رسول گرامی اسلام(ص)، صفت کرامت و کریم یا دیگر مشتقات آن برای برخی بندگان مقرب[۵]، کتاب (نامه)[۶] مقام و منزلت اهل بهشت[۷] و روزی‌های بهشتی[۸] نیز به کار رفته است. انسانی که در سبک و شیوه‌ی زندگی خود به نحو مستمر با اقسام ادعیه و نیایش همچون نماز، با خداوند کریم ارتباط برقرار می‌سازد. علاوه بر احساس کرامت و بزرگ منشی در دنیا، در حیات اخروی به دیگر اصناف کرامت یعنی مقام و رزق کریم نیز نایل می‌گردد.

۳-۳- احسان به خویشتن

دعا و نیایش مانند هر فعل دیگری - خواه فعل صالح و حسن باشد یا فعل فاسد و قبیح- آثار خود را بر جان و نفس انسان و حتی بعضاً بر جسم و بدن او بر جای می‌گذارد و به فرموده‌ی قرآن:

«إِنْ أَحْسَنتُمْ أَحْسَنتُمْ لِأَنفُسِكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا (سوره اسراء/ آیه۷)
اگر نیکی کنید در حق خود نیکی کرده‌اید و اگر بدی کنید به زیان خویش کرده‌اید.

در شرح و بیان آیه‌ی مذکور می‌خوانیم: «آثار هر یک از نیکی و بدی [فعل خوب و بد] به خود انسان باز می‌گردد نه دیگری و این سنت جاری خداوند است که عمل و اثرش، صاحب عمل را دنبال می‌کند... بنابراین برای فرد محسن و نیکوکار و تبهکار نصیبی از کار و عمل خود است چنان که در آیه هشتم سوره زلزال نیز بیان شده است.» (ر.ک: طباطبایی، المیزان، ج۱۳، ص۴۱ و ۴۲) از سوی دیگر برخی اعمال در قرآن بر سبیل تقریر و تأیید جزو اعمال خوب و نیک شمرده شده است که یکی از آن‌ها دعا و نیایش است:

«وَلاَ تَطْرُدِ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ » (سوره انعام/ آیه ۵۲)
و کسانی را که پروردگار شان را بامدادن و شامگاهان [به نیایش] می‌خوانند و خشنودی او را می‌جویند [از خود] مران.

از مطالعه‌ی این دو آیه در کنار هم می‌توان دریافت که دعا و نیایش از افعال نیک و بلکه سرآمد آن‌هاست به گونه‌ای که خداوند پیامبر اسلام (ص) را متذکر شد و امر فرموده که از جماعتی که ظاهراً تهی‌دست و فقیرند رویگران مباش چرا که آن‌ها اهل دعا و نیایش هستند. این فعل نیک یعنی دعا بنا بر آیه‌ی سابق (آیه ۷ سوره اسراء) بازگشتن به خود فرد است. چنان که گناه در فرهنگ اسلامی، «ظلم به خویشتن» شمرده شده است.

«قَالاَ رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا وَإِن لَّمْ تَغْفِرْ لَنَا وَتَرْحَمْنَا لَنَكُونَنَّ مِنَ الْخَاسِرِينَ» (سوره اعراف/۲۳)
پروردگارا ما به خود ستم کرده‌ایم و اگر تو ما را نیامرزی البته از زیان‌کاران خواهیم بود.

احسان به خویشتن یا احترام به «خود» یکی از لوازم سلامت روان است و نشانه‌ی عزت نفس فرد است و حاکی از داشته‌ها و کمالات شخص است در مقابل، فردی که برای خود احترام قایل نیست به علت باور به «بی‌وجودی» یا ضعف و نقصان وجودی است چنین افرادی به تعبیر عامیانه چیزی برای از دست دادن ندارند و احیاناً مستعد ارتکاب جنایت و گناه می‌باشند چون دغدغه‌ی حفظ

۵- انبیا همان عباد و بندگان مکرم خداوند هستند: (ر.ک: سوره انبیاء/ آیه ۲۶)
۶- نامه‌ی حضرت سلیمان نبی به بلقیس، حاکم سبأ، کریم شمرده شده است: (ر.ک: سوره نمل/ آیه ۲۹)
۷- اهل بهشت را خداوند تکریم فرموده است (سوره صافات/ آیه ۴۲)
۸- رزق و روزی و نعمت‌های بهشتی در کثیری از آیات با صفت کریم، توصیف شده است: (ر.ک: سوره انفال/ آیه ۴ و ۷۴/ نور، آیه ۲۶)

«خود» یعنی خویشتن خویش را ندارند؛ لذا امام کاظم (ع) فرمودند: «لأ تأمن عَمن هانَت علیه نفسه» از [شر] کسی که نزد خود خار و بی‌مقدار شده است، ایمن مباش.

۳-۴- احساس امنیت در حالات اضطرار

دعا و نیایش کارکردی بسیار مهم در حیات مؤمنانه دارد و آن امنیت بخشی به فرد است. بی‌گمان همه‌ی افراد بشر کم یا بیش در مقاطعی از زندگی گرفتار سختی و بلا و مصائب می‌شوند این امور آدمی را درمانده و مضطر می‌کند و چه بسا در اثر نداشتن یک پایگاه معنوی، دچار یأس شدید و سپس توالی خطرناک‌تر یأس یعنی افسردگی شدند. این مطلب برای اهل دعا و نیایش تا حد بسیار زیادی قابل حل است زیرا ایمان دارد که خداوند در شرایط دشوار اضطرار او را تنها نمی‌گذارد:

«أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ وَيَكْشِفُ السُّوءَ » (سوره نمل/آیه ۶۲)
یا کیست که دعا درمانده را چون بخواندش اجابت کند و بلا را می‌گرداند

این آیه در ادامه آیاتی است که دیگر افعال و اوصاف خداوند را در جهان هستی و نسبت به انسان- در تقابل با اعتقاد باطل کافرین- یادآوری می‌کند. همان خدایی که آسمان و زمین را آفریده و باران را از آسمان فرو می‌فرستد، همو در شرایط سخت درماندگی، فریاد و دعای انسان را می‌شنود و اجابت می‌کند. به راستی اگر امداد و کمک‌های او نباشد چگونه می‌توان در حال درماندگی سلامت و آرامش درونی خود را بازیابیم؟! در تفسیر این آیه آمده است: «در حال اضطرار دعای داعی حقیقت است و گزاف نیست، آدمی تا درمانده نشود، دعایش واجد آن حقیقت و صدق که در حالت اضطرار دارد، نمی شود. قید «اذا دعاء» حاکی از آن است که داعی باید خدا را از صمیم قلب بخواند و دل به اسباب ظاهری نبسته باشد و دعای مضطر هم- چنان که خداوند اراده فرماید- اجابت می‌شود. معنای این آیه چنین نیست که هر دعایی که مضطر کند، حتما خدا اجابت می‌کند بلکه بدین معناست که هر دعای مضطر که به اجابت رسیده است، فعل خداوند است.» (ر.ک: طباطبایی، المیزان، ج۱۵، ص۴۱۷)

۳-۵- التیام کاستی‌ها و کدورت‌های درونی به وسیله دعا و نیایش

ذات آدمی آن‌گونه که برخی حکمای الهی گفته‌اند: «از دو گوهر ساخته شده است: یکی نورانی که نفس است و دیگری ظلمانی که جسم است. نفس [ناطقه، قلب] زنده، دانا و کارگر است و جسم، مرده، نادان و فروردین است. (ملاصدرا، ۱۳۷۱، ص۳۵) طبیعت جسمانی انسان به پشتیبانی غرایز حیوانی خود طالب خواسته‌های پست و پلید است و در این تمایلات از طریق اعتدال خارج می‌شود و سبب زیاده‌روی به تعبیر قرآنی «اسراف» در کردار نابخردانه یا گناه و معصیت می‌گردد. اما از آنجا که نفس را ابعاد دیگر، نورانی است از کرده‌ی خود نادم می‌گردد، دعا و نیایش فرصتی است برای تبدیل احوال منفی که انسان را در احوال منقبض و خسارت دیده التیام می‌بخشد:

«قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ» (سوره زمر/ آیه۵۳)
بگو ای بندگانم که زیاد بر نفس خویش ستم داشته‌اید از رحمت الهی نومید می‌باشید چرا که خداوند همه‌ی گناهان را می‌بخشد. همانا او بسیار آمرزنده و مهربان است.

شیخ طوسی می‌گوید: «در این آیه دلالت واضحی است بر این که جایز است که خداوند از روی فضل، گناه بندگان را بدون توبه‌ی آنان و شفاعت پیامبر(ص) هم ببخشد چرا که توبه را در اینجا شرط نیاورده» (طوسی، تبیان به نقل از خرمشاهی، ص۴۹۴)

یکی از مهم‌ترین گونه‌های دعا و نیایش، به طلب آمرزش و استغفار اختصاص دارد. برخی آیات قرآن دقیقاً در سیاق و اسلوب دعا و طلب، آمرزش طلبی را به انسان یاد می‌دهند:

« رَبَّنَا اغْفِرْ لَنَا ذُنُوبَنَا وَإِسْرَافَنَا فِي أَمْرِنَا » (سوره آل‌عمران/ آیه ۱۴۷)
پروردگارا گناهان و گزاف کاریمان را در کارمان بیامرز

انسان‌ها حقیقتاً ضعیف هستند و نیازمند حمایت و شفقت خداوند و بار سنگین معاصی اگر به وسیله‌ی دعا و نیایش جبران نشود، سلامتی روحی- روانی فرد با مخاطره‌ی جدی مواجه می شود. در این رابطه الهیدان معا صر برومر می‌نویسد: «ا ستغفار که مبین تغییر باطنی ما ست، زمینه را فراهم می‌آورد تا بخ شایش خداوند بتواند دو ستی ما را با او ترمیم کند. مؤمن نیز می‌تواند ادعا کند که از آنجا که بخ شایش الهی- برخلاف بخ شایش ان سانی- گناهان مرا می‌زداید، دان ستن اینکه خداوند مرا بخ شیده ا ست. زندگی‌ام را دوباره معنا می‌بخ شد. از طریق ا ستغفار انسان به شناخت خویش نایل می‌آید و در قلمرو لطف الهی به سر می‌برد و مراد عیسی (ع) از «بخ شیده شدن و به خانه‌ی خویش بازگشتن» نیز همین است.» (برومر، ۱۳۹۲، ص۱۹۴)

نتیجه‌گیری

آنچه گفته شـده را می‌توان این گونه جمع‌بندی کرد که نوع و سـبک زندگی دنیا مدارانه و مؤمنانه ظاهراً و باطناً با حیات ملحدانه متفاوت است. یکی از این تفاوت‌های اساسی، وجود و حضور عنصر روحانی و معنوی دعا و نیایش در حیات دینی است. از دیدگاه قرآن کریم دعا به همراه تضرع و زاری و اخلاص و اضطرار- خواه برای طلب حاجات، یا برای آمرزش یا صرفاً برای گفتگو با خداوند- در خلال ساعات روز و شب مؤمن وجود دارد زیرا ایمان وی به این شکل ظهور و تجلی یافته و نیز بازسازی و ترمیم می‌شود. آثار مبارک دعا بنا بر بررسی اجمالی و نه کامل و طبق آیات قرآن عبارت است از:

۱) زمینه‌سازی برای نیل به زندگانی پاک (حیات طیبه)
۲) ایجاد احساس کرامت و رضایت باطنی
۳) احسان به خویشتن (احترام به خود)
۴) ایجاد امنیت در حالات اضطرار
۵) التیام و ترمیم کاستی‌های درونی و روانی ناشی از معاصی

موارد پنج‌گانه فوق هر یک سهم بزرگی در تحقق سلامت روانی یا بهداشت روانی بر عهده دارند.

منابع

۱- قرآن کریم- ترجمه و توضیحات: بهاء الدین خرمشاهی، نشر نیلوفر، جامی، چاپ ۳، تهران ۱۳۷۶.
۲- برومر، و، هنگام نیایش چه می‌کنیم؟، مترجم: اشکان بحرانی و مسعود رهبری، نشر هرمس، تهران، ۱۳۹۲.
۳- جوادی آملی، ع، اسرار عبادات، چاپ ۷، نشر الزهرا، تهران ۱۳۷۶.
۴- راغب اصفهانی، ح ، المفردات فی غریب القرآن، مؤسسه فرهنگی آرایه، تهران ۱۳۸۷.
۵- طباطبایی، م، المیزان فی تفسیر القرآن، (۲۰ جلدی)، ج ۹، ۱۳، ۱۵، چاپ ۵، دارالکتب الاسلامیه، تهران ۱۳۷۲ .
۶- عبدالباقی، م ، المعجم المفهرس لالفاظ القرآن کریم، دارالحدیث، قاهره ۱۴۰۸ ق.
۷- ملاصدرا، م ، کسر اصنام جاهلیه، ترجمه‌ی محسن بیدارفر با عنوان «عرفان و عارف نمایان»، نشر الزهرا، تهران۱۳۷۱.
۸- موسوی خمینی، سید روح الله، تفسیر سوره حمد، مؤسسه نشر و تنظیم آثار امام (ره)، تهران ۱۳۸۴.
۹- شرح چهل حدیث، مؤسسه نشر و تنظیم آثار امام (ره)، تهران ۱۳۷۱.

تبیین تجربه‌ی زیسته و مسأله فرزندآوری و فرزندپروری از دیدگاه نمونه‌ای از والدین ایرانی با رویکرد سبک زندگی اسلامی: "یک مطالعه کیفی الزامی برای تحقق سیاست افزایش جمعیت"

امینه رستمی پور[۱]، پژمان باقری[۲*]

۱- کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، جیرفت، ایران.
۲- گروه پزشکی اجتماعی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: در برهه کنونی با توجه به وابستگی مسئله‌ی زاد و ولد با بسیاری از حوزه‌های سیاسی، اقتصادی و فرهنگی، توجه به امر فرزندآوری بسیار حائز اهمیت است. مطالعه حاضر به تبیین تجربیات روحی و روانی والدین از حالات مثبت و منفی فرزندآوری و فرزندپروری با هدف شناخت مختصات این پدیده پرداخته است.

مواد و روش‌ها: این پژوهش به روش کیفی و پدیدارشناسی با استفاده از مصاحبه‌های نیمه ساختارمند و عمقی بر روی ۱۵ مادر و ۷ پدر که ۲ ماه تا ۶ ماه از تولد فرزندان آن‌ها گذشته بود، در سال ۱۳۹۳ در جنوب استان کرمان در شهر جیرفت انجام گرفته است.

نتایج: در پژوهش حاضر بالغ بر ۵۰ گویه در قالب مضامینی همچون نقش‌های والدی، نقش‌های فرزندی، دغدغه‌ها، مشکلات و محدودیت‌ها، احساسات منفی روحی، احساسات مثبت روحی و خصوصیات مثبت بیرونی، تقویت و تکامل، اعتقادات، تفکرات و دیدگاه‌ها، نیازها و باورها و روشنگری‌ها به عنوان حالات روحی-روانی زنان و مردان بعد از فرزنددار شدن از دیدگاه‌ها و نظرات والدین استخراج گردید.

نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج این پژوهش، برآیند دیدگاه والدین بعد از فرزنددار شدن مثبت و در عین حال همراه با برخی مشکلات و دغدغه‌هاست. گویه‌های مستخرج از این مطالعه کیفی می‌تواند سیاست‌گذاران حوزه جمعیت و سلامت خانواده را در امر بهبود و ارتقاء فرهنگ مردمی توجه به بقاء نسل و زاد و ولد یاری رساند.

کلمات کلیدی: **فرزندآوری، فرزندپروری، تجربه زیسته، رویکرد اسلامی، والدین ایرانی**

نویسنده مسئول: پژمان باقری، گروه پزشکی اجتماعی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران. Email: bpegman@yahoo.com

مقدمه

بارداری و زایمان روندهای تکاملی قابل توجهی را برای اکثر زنان به وجود می‌آورند. برای تطابق موفقیت آمیز با بارداری و زایمان سازگاری درون فردی و خانوادگی ضرورت دارد. استرس‌هایی که در یک مادر بی تجربه به وجود می‌آیند زیاد بوده و باعث اختلالاتی در فعالیت‌های فرد می‌شوند. زنانی که به خوبی با وضعیت خود سازگار گردند می‌توانند خود را آماده‌ی برخورد مناسب با آن‌ها سازند (۱). بارداری علی رغم آن که شور و اشتیاق زیادی ایجاد می‌کند می‌تواند از لحاظ روانی هم آسیب زا باشد. در برخی زنان که احساس دوگانگی نسبت به حاملگی دارند ممکن است تنش به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش یابد؛ لذا دوره‌ی پس از زایمان می‌تواند زمان مناسبی برای آسیب پذیری جسمانی و عاطفی باشد (۲). دوره‌ی پس از زایمان گاهی به حدی پر استرس است که سبب تحریک اختلالات روانی می‌شود. این اختلالات ممکن است به شکل عود یا تشدید یک اختلال روانی بروز نماید یا ممکن است یک اختلال روانی جدید به وجود آید (۳). یکی از مباحث جالب در علم روان‌پزشکی تفاوت‌های وابسته به جنس در ابتلا به اختلالات روانی می‌باشد. دوره‌ی بعد از زایمان

زمانی است که بیشترین خطر برای بروز اختلالات خلقی و روانی در این زنان وجود دارد (۴). همسران زنان دارای اختلالات خلقی نیز اغلب دچار افسردگی می‌شوند (۵).

انسان موجودی است که به غیر از جنبه مادی، دارای ابعاد معنوی و روحی نیز هست و باید این ابعاد را در سلامت در نظر گرفت؛ مزاج انسان به شدت تحت تأثیر حالات روحی و روانی قرار دارد. افزایش یا کاهش این حالات که مستقیم یا غیرمستقیم بر روی متابولیسم سیستم‌های گردش خون، تنفس، گوارش، غدد داخلی و حتی عضلات دارند می‌تواند معضلات و مشکلات پیچیده جسمی و روانی را برای انسان بوجود بیاورند. بنابر اصل پاک‌سازی نباید در مقابل بروز طبیعی و منطقی این حالات مقابله نمود و البته افراط و تفریط در این حالات روحی نیز پسندیده نیست؛ لذا هر انسانی با شناخت مزاج خود می‌تواند تأثیر این حالات را بر روی خود بداند و حتی المقدور عواطف و حالات روانی خود را کنترل نماید (۶).

امروزه توجه دانشمندان دنیای پزشکی به نقش مهم حالات روانی و عواطف در جسم و عوامل مختلف فیزیکی آن جلب شده است و تحقیقات فراوانی در زمینه پسیکونورو ایمونولوژی و نقش حالات روانی بر سیستم عصبی و سیستم دفاعی بدن در حال انجام است. روان انسان کوه یخی است که فقط قسمت کوچکی از آن قابل رؤیت است و قسمت اعظم آن در اعماق قرار دارد و حرکات آن قسمت عمیق است که تحرک قسمت قابل رؤیت را موجب می‌شود (۶)؛ لذا ضروریست که با استفاده از متدهایی مانند مطالعات کیفی که پدیده‌های زندگی انسان را به صورتی عمیق و دقیق مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار می‌دهند تجربیات آن‌ها را در مورد پدیده‌های مختلف زندگی تبیین کرد.

از آنجایی که مدیر یک خانه زن است، سلامت روح و روان زنان در سلامت اعضای خانواده که همه سازندگان یک جامعه هستند، نقش اساسی ایفا کند. زنان به لحاظ تغییرات هورمونی که در طول زندگی برایشان رخ می‌دهد، نسبت به مردان دچار نوسانات روحی و روانی بیشتری می‌شوند؛ زنان با بارداری، شیردهی و زایمان تغییرات هورمونی را تجربه می‌کنند که همه بر روح و روان آن‌ها تاثیر می‌گذارد. با توجه به همین مسئله اسلام وظیفه‌ای را بر عهده زنان در اجتماع قرار نداده و بیشتر وظایف بر عهده مردان گذاشته چرا که زنان تغییرات روحی متغیری را در طول زمان زندگی خود احساس می‌کنند که در روند فعالیت آن‌ها تاثیر می‌گذارد، البته مردان روند هورمونی ثابتی را تا دوره سالخوردگی طی می‌کنند. حالات روانی یا اعراض نفسانی مهم‌ترین نقش را در حفظ سلامت و درمان بیماری‌ها برعهده دارد. اعراض نفسانی یا حالات روحی شامل خشم، اندوه، غم، ایمنی، ترس، خجلت، شادی و امید است که مزاج انسان به شدت از حالات روانی تاثیر پذیر بوده است و برخی از حالات با سرعت بسیار زیاد و برخی با سرعت کم بر بدن تاثیر می‌گذارند (۷).

یکی از این اختلالات روحی و روانی محتمل پس از زایمان، اختلالات خلقی هستند که این اختلالات گروهی از اختلالات بالینی هستند که مشخصه‌ی آن‌ها این هست که احساس تسلط از بین رفته و فرد رنج و عذابی عظیم می‌کشد. اختلال وسواسی- جبری را نیز می‌توان یکی از شایع‌ترین اختلالات روحی و روانی دانست که احتمال دارد متخصصین زنان و زایمان در دوره‌ی پس از زایمان (After delivery) با آن مواجه شوند (۹). از مرور نظرات متخصصان و برخی مستندات نیز چنین بر می‌آید که احتمال بروز برخی از انواع اختلالات شخصیتی متعاقب اختلالات خلقی یا اضطرابی بعد از زایمان وجود دارد. بیش از ۸۵٪ و براساس برخی منابع ۸۰-۵۰٪ (۱۰و۱۱) و برخی منابع دیگر ۶۰-۴۰٪ (۱۲) مادران در طول هفته اول پس از زایمان اختلالات خلقی را تجربه می‌کنند.

مشکلات روانی پس از زایمان طیف وسیعی دارند که ساده ترین آن‌ها غم یا اندوه مادری است (۱۳) و شدیدترین آن‌ها روانپریشی پس از زایمان است (۱۴). اندوه، افسردگی و سایکوز پس از زایمان، هر کدام نمای بالینی مشخصی داشته و زنان را در همه طبقات اجتماعی و فرهنگی درگیر می‌کنند (۱۵). در انتهای دیگر طیف اختلالات روحی- روانی پس از زایمان، افسردگی خفیفی قرار دارد که ۸۰-۵۰٪ از مادران آن را طی هفته‌ی اول پس از زایمان تجربه می‌کنند و تحت عناوین مختلفی از جمله غم پس از زایمان، غم مادری و غم کودک مشخص شده و برخی نیز آن را افسردگی موقت پس از زایمان و افسردگی روز سوم، چهارم یا دهم نامیده‌اند (۲۱- ۱۶). همچنین سندرمی در پدران توصیف شده است که با تغییرات خلقی در حین بارداری همسر یا پس از تولد نوزاد همراه است. چندین

عامل بر این پدرها تاثیر می‌گذارد که عبارتند از: افزایش مسئولیت‌ها، کاهش مفر جنسی، کاهش توجه همسر و اعتقاد به این که کودک در یک ازدواج مشکل دار نیروی پیوند دهنده‌ی زوج است (۲۲).

رفتار تغییر یافته عاطفی و رفتاری در زنان در زمان پس از زایمان، بر همسر سایر اعضای خانواده و نوزاد نیز اثر می‌گذارد. این اختلالات شامل: آسیب به نوزاد به علت عدم مراقبت بهداشتی و تغذیه مناسب، عدم توانایی مادر در ایفای نقش مادری در برقرای ارتباط با فرزند، عدم تطابق با محیط، عدم شکل گیری ارتباط سازنده و در نهایت فقدان تحریکات ذهنی لازم کودک از طرف مادر می‌باشد (۲۳).

با توجه به این که حالات روحی و روانی زنان پس از زایمان می‌تواند بیانگر اختلالات روحی و روانی باشند؛ لذا می‌توانند جنبه‌های مختلف زندگی اطرافیان مانند همسر و فرزند آن‌ها را درگیر کند و آثار نامطلوبی بر خود فرد و جامعه بگذارد و از آن جایی که تقریباً مطالعه جامع و فراگیری در مورد توصیف حالات روحی و روانی زنان پس از زایمان وجود ندارد و مطالعه‌ای در مورد حالات روحی و روانی مردان پس از زایمان همسر یافت نشده است و از طرفی تحقیق کیفی، روش مناسبی جهت کشف تجربیات و ویژگی‌های افراد است و آنچه را که در پس تجربیات مختلف قرار دارد، مشخص می‌کند (۲۵).

بر اساس جستجوی مستندات مختلف، تقریباً می‌توان گفت تاکنون در کشور مطالعه‌ای به طور منسجم با رویکردی کیفی به بررسی ابعاد و اثرات روحی- روانی پدیده زایمان در مردان و زنان نپرداخته است. وقتی از حالات روحی روانی آن هم در یک مطالعه تحقیقاتی سخن به میان می‌آید هدف بررسی طیف وسیعی از حالات روحی و روانی است. از آنجا که حالات روحی و روانی بخشی از زندگی افراد به شمار می‌روند و مشتمل بر طیف وسیعی از سبک‌ها، روحیات و به طور بالقوه، اختلالات روحی و روانی هستند و همچنین با توجه به این که رویکرد این مطالعه رویکردی آسیب شناسانه است و اساساً هدف تبیین حالات روحی و روانی افراد پس از پدیده زایمان مدنظر است؛ لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی تجربه زیسته حالات روحی و روانی زنان پس از زایمان و مردان پس از زایمان همسر طراحی گردید تا هم گروه پزشکی بتوانند زنان و مردانی را که مستعد اختلالات روانی پس از زایمان هستند بهتر و هدفمندتر شناسایی کنند و مراقبت‌های لازم این دوره را به آن‌ها ارائه دهند و هم قدمی مؤثر در شناسایی و حمایت و درمان این گروه از افراد جامعه و طبیعتاً ارتقای کیفیت زندگی آن‌ها برداشته شود. صد البته بهترین متد برای دستیابی به این مهم شعبه‌ای از مطالعات کیفی است که به طور عمیق به تبیین ابعاد و مختصات پنهان این پدیده پرداخته و سیاست‌گذاران ارشد ملی را در مسیر برنامه ریزی صحیح جهت اتخاذ تدابیر افزایش جمعیتی یاری می‌رساند.

مواد و روش‌ها

مطالعه در پیش رو یک مطالعه کیفی است که به روش فنومنولوژیک توصیفی جهت بررسی و تبیین تجربیات روحی و روانی زنان بعد از زایمان و مردان پس از زایمان همسر در سال ۱۳۹۳ در جنوب استان کرمان در شهر جیرفت به انجام رسیده است. با توجه به این که در این مطالعه تجربه زیسته زنان و مردان بعد از فرزنددارشدن دارای مفهومی عمیق است که بعضاً شناخته شده نیست، نوع پژوهش نیز متناسب با این موضوع کیفی و پدیدارشناسی انتخاب گردید. تحقیق کیفی عمدتاً برای توصیف تجربیات زندگی و معنی بخشیدن به آن‌ها به کار می‌رود. پژوهش کیفی یک روش سیستماتیک و ذهنی است که برای توصیف تجارب زندگی و درک معانی آن اجرا می‌شود (۴۶). همچنین روش پدیدارشناسی به بررسی تجربیات انسان‌ها پرداخته و فنومنولوژیست معتقد است که در پدیده‌ها و تجربیات زندگی جوهره‌هایی وجود دارند که قابل فهم و بررسی هستند؛ از این رو به بررسی پدیده‌های ذهنی می‌پردازند که جوهره اساسی واقعیات در آن نهفته است (۴۷). محققین در این پژوهش روش پدیدارشناسی هرمونیتیک را از میان انواع روش‌ها انتخاب نمودند. در روش پدیدارشناسی هرمونیتیک ون من، شش رویکرد عملی مطرح می‌شود: ۱) روی آوردن به ماهیت تجربه زنده و توجه نشان دادن به آن ۲) به دست آوردن توصیف تجربه‌های زیسته ۳) کاهش پدیدار شناسه و تحلیل درون مایه‌ای ۴) نوشتن پدیدار شناسانه ۵) حفظ ارتباط قوی و جهت دار با پدیده ۶) ایجاد انسجام با در نظر گرفتن اجزا و کل (۳۶). استفاده از پدیدارشناسی به منظور پژوهش و آگاهی

مستقیم نسبت به تجربیات و مشاهدات افراد است (۳۷). پدیدارشناسی دو مکتب عمده دارد: توصیفی و تفسیری که در این مطالعه مقرر گردیده از رویکرد توصیفی استفاده گردد. در مکتب توصیفی هدف اصلی توصیف تجارب اختصاصی افراد بدون تفسیر، انعکاس و زمینه آن‌هاست (۳۸). جامعه پژوهش در این مطالعه زنان تازه زایمان کرده دارای فرزند بین ۲ هفته تا ۶ ماه و مردان پس از زایمان همسران بودند. در این نوع مطالعه از تجربیات زنان تازه زایمان کرده و مردان پس از زایمان همسر در مورد تجربه حالات روحی و روانی بعد از زایمان و تفاسیر خود آن‌ها از این تجربیات اطلاعات جمع آوری گردید. زنانی که زایمان ناموفق و مردانی که زنان آن‌ها زایمان ناموفق و سوگ یا داغدیدگی داشتند، از مطالعه خارج شدند (معیار خروج). در این مطالعه از نمونه گیری مبتنی بر هدف استفاده گردید. در این نوع نمونه گیری که در پژوهش‌های کیفی کاربرد دارد، پژوهشگر در پی کسانی است که تجربه‌ای غنی از پدیده مورد بررسی و توانایی و تمایل به بیان روشن آن را دارند (۴۸). نمونه‌ها مردان و زنان واجد شرایط علاقمند به شرکت در پژوهش بودند که توان بیان تجربیات خود را داشتند. در صورتی که شرکت کنندگان از شرکت در مصاحبه منصرف می‌شدند از مطالعه خارج می‌گردیدند. در حقیقت پس از انتخاب شرکت کنندگان توضیحاتی در رابطه با ماهیت و اهداف پژوهش به آن‌ها داده شد و رضایت کتبی و شفاهی آن‌ها در زمینه همکاری و شرکت در مصاحبه اخذ گردید. اطلاعات مورد نظر به روش مصاحبه‌های عمقی و نیمه ساختار یافته جمع آوری شدند. این نوع مصاحبه به دلیل انعطاف پذیری و عمیق بودن، برای پژوهش‌های کیفی مناسب است (۴۸). روش عمقی در مصاحبه روشی است که در طول آن، یک شخصیت و یا موضوع مربوط به این شخصیت بازنگری می‌شود و یا از آن موضوع رمزگشایی کامل به عمل می‌آید. در این نوع مصاحبه در واقع هزارتوی تفکر و دیدگاه شخصی و یا موضوع مصاحبه بازشناسانده می‌شود. لازمه این نوع مصاحبه، شناخت کامل از موضوع و شخصیت مصاحبه است. در طول مصاحبه سعی شد دایره موضوع محدود باشد چرا که هر چقدر دایره موضوع محدودتر باشد موضوع به سمت تخصصی شدن پیش می‌رود. پرسش و پاسخ در مصاحبه‌های عمقی با دیگر انواع مصاحبه‌ها تفاوت اساسی دارد. در این روش مصاحبه کننده یک پرسشگر صرف نیست، بلکه خود می‌تواند صاحب‌نظری باشد که با اداره مصاحبه، نظرات مصاحبه شونده را مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌دهد. سؤال‌ها فقط برای شکافتن موضوع مورد بحث است. به همین دلیل مصاحبه عمقی به یک مباحثه شبیه می‌شود؛ چرا که الزاماً نظرات مصاحبه کننده با مصاحبه شونده یکسان نیست. اگر نگوئیم همیشه، اما در بیشتر مصاحبه‌های عمقی همسان نبودن این نظرات پدیده‌ای است که در این نوع مصاحبه‌ها به کرات پیش می‌آید و همین نکته است که مصاحبه‌های عمقی را خواندنی و جالب توجه می‌کند. مصاحبه کننده در ابتدا موضوع مصاحبه را برای خواننده روشن می‌کند و با معرفی مصاحبه شونده چگونگی انجام مصاحبه را تشریح می‌نماید، پرسش‌ها در این نوع مصاحبه‌ها تلفیقی از سؤال‌های ساده و یک وجهی توأم با پرسش‌های مرکب (چند سؤالی) است. در این روش محقق بدون این که بکوشد تا جهت خاصی به گفتگو بدهد سعی می‌کند به دنیای غیر رسمی و تجربیات زندگی فرد دست یابد. محقق معمولا بدون تلقین و هدایت بحث با استفاده از سوالات روشن ساز به شرکت کنندگان در توصیف تجربیات زنان تازه زایمان کرده و مردان پس از زایمان همسر در تجربه حالات روحی و روانی بعد از زایمان کمک کرده و فرآیند مصاحبه را تسهیل می‌کند.

بیان تجربیات توسط هر شخص جنبه ذهنی (Subjective) دارد و به همین علت ممکن است در مورد تجربه عینی مشابه، افراد متفاوت دیدگاه‌های کاملاً متفاوت داشته باشند و به طرق مختلف و حتی ضد و نقیض نگاه کنند. در پدیدارشناسی موقعیت‌های مختلف از دیدگاه شخص مصاحبه شونده بررسی می‌شود. از این روش در روان شناسی و پرستاری بسیار استفاده شده است. با توجه به این که زنان تازه زایمان کرده عمدتاً برای دریافت خدمات و مراقبت‌های بهداشتی به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه می‌کنند، این مراکز به عنوان محیط انتخاب و جمع آوری نمونه‌ها انتخاب شد. در مجموع در سطح شهر جیرفت ۷ مرکز بهداشتی درمانی وجود داشت که با این هدف که از طیف مختلف افراد در مطالعه استفاده شود، به همه مراکز مراجعه و تا رسیدن به حالت اشباع در نمونه گیری این حالت ادامه یافت. یکی از استدلال‌هایی که در این رابطه مدنظر بوده توجه ویژه به بافت فرهنگی و اقتصادی قشرهای مختلف مردم در نقاط مختلف شهر بوده است. در مطالعات کیفی هیچ معیار از پیش تعیین شده‌ای برای تعیین مشارکت کنندگان وجود ندارد؛ لذا پس از مراجعه به مراکز و معرفی محقق و کسب اجازه از مسئولین مراکز از بین زنان واجد شرایط و مردانی که برای همراهی همسر به مرکز

آمده بودند پس از انجام توضیحات لازم و کسب اجازه مصاحبه با توجه به راحتی نمونه‌ها در همان محل به عمل آمد. برای انجام مصاحبه نیز یکی از اتاق‌های مرکز که استفاده نمی‌شد انتخاب و مورد استفاده قرار گرفت. در مواردی که زنان و مردان واجد شرایط به این شیوه یافت نمی‌شدند ابتدا چندین پرونده انتخاب و پس از تماس با آن‌ها قرار مصاحبه با زنان واجد شرایط در مرکز گذاشته می‌شد. همچنین چندین پرونده دیگر در هر مرکز انتخاب و پس از تماس با خانواده‌ها از مردان واجد شرایط خواسته می‌شد در صورت امکان در روز مشخصی که پیشنهاد خود آن‌ها باشد به مرکز مربوطه مراجعه و مورد مصاحبه قرار گیرند. لازم به ذکر است هیچ یک از مردان و زنان مورد بررسی در این مطالعه زوج به حساب نمی‌آمدند و مقرر گردید با توجه به احتمال بروز برخی خطاها، زنان و مردان به صورت مجزا از خانواده‌های مختلف انتخاب شوند؛ لذا در مواردی که شوهر خانمی همراه با همسر و فرزندش به مرکز مراجعه کرده بودند بسته به نیاز مصاحبه، یا زن و یا مرد خانواده مورد مصاحبه قرار می‌گرفت. هیچ یک از مصاحبه‌ها در مورد زوجینی که مراجعه به مرکز داشتند در حضور هر دوی زوجین انجام نمی‌گرفت و به دلیل احتمال وجود برخی ملاحظات در پاسخ دهی‌ها پس از کسب رضایت، مصاحبه‌ها به صورت انفرادی با هر یک از زوجین انجام می‌گرفت؛ لذا کلیه جلسات با هماهنگی و توافق صورت گرفته با فرد مصاحبه شونده در یکی از مراکز بهداشتی درمانی صورت گرفت. در رابطه با نمونه گیری همچون همه مطالعات کیفی هیچ معیار از پیش تعیین شده‌ای برای تعیین مشارکت کنندگان در نظر گرفته نشد. در تحقیقات کیفی بیشتر بر روی کیفیت اطلاعات گرفته شده از افراد تاکید می‌شود. جمع آوری اطلاعات تا رسیدن به مرحله‌ی اشباع (یعنی هنگامی که تم‌ها یا جوهره‌ی جدیدی از سوی شرکت کنندگان مطرح نمی‌شود و مطالب تکراری است) ادامه می‌یابد. از این رو معمولا نمی‌توان تعداد مشارکت کنندگان را از قبل تعیین نمود. تعداد مشارکت کنندگان همچنین تابع هدف تحقیق کیفیت شرکت کنندگان، راهبرد نمونه گیری (۳۹) و تجربه پژوهشگر است (۴۰). در این راستا ابتدا مصاحبه نمونه‌ها به صورت چرخشی در کلیه مراکز سطح شهر شروع شد. به عبارتی از مرکز بهداشتی درمانی شماره ۱ فرآیند مصاحبه شروع و در هر مرکز یک نفر انتخاب و مورد مصاحبه قرار می‌گرفت. در روزهای بعد نیز به ترتیب نمونه‌ها از مراکز شماره ۲ الی ۷ انتخاب و مورد مصاحبه قرار می‌گرفتند و مجددا محقق به مرکز شماره ۱ مراجعه می‌کرد. این فرآیند تا زمان اشباع کامل نمونه‌ها در هر دو نمونه زن و مرد پیش رفت. اشباع اطلاعات به ترتیب با ۹ شرکت کننده زن و ۵ شرکت کننده مرد در محدوده سنی ۲۰ تا ۳۶ سال انجام شد.

همان طور که اشاره شد، در این مطالعه از روش مصاحبه نیمه ساختار یافته و متعامل یا چهره به چهره استفاده شد. در هر جلسه دو نفر مصاحبه کننده و یک نفر مصاحبه شونده حضور داشتند. یکی از مصاحبه کنندگان به عنوان پرسشگر اصلی و مصاحبه کننده دوم صرفاً نقش ثبت و ضبط اطلاعات را به عهده داشت. قبل از شروع مصاحبه، در مورد هدف مطالعه و محرمانه ماندن اطلاعات، حق کناره گیری از پژوهش در هر زمان مصاحبه و حق مشاهده متون نوشته شده در زمان مصاحبه و یا ضبط مصاحبه‌ها و پاک کردن صدای ضبط شده‌ی آن‌ها بعد از مصاحبه و اکتفا به نوشته‌ها برای نمونه‌های شرکت کننده توضیح داده شد و سپس در صورت تمایل شرکت در مطالعه، مصاحبه ابتدا با یک سؤال باز و کلی مانند «به طور کلی تجربه پدر یا مادر شدن از نظر شما چگونه است؟» از مشارکت کنندگان آغاز شده و سپس سؤالات بعدی و پیگیری کننده برای روشن تر شدن مفاهیم مورد مطالعه مثل «لطفاً در این باره بیشتر توضیح دهید؟» یا «منظورتان چیست؟» یا حتی «آیا می‌توانید با مثال عینی منظورتان را برایم روشن شرح دهید تا من حرف شما را بهتر بفهمم؟» در طول مصاحبه متناسب با پاسخ‌ها پرسیده شدند. در ابتدای هر جلسه مصاحبه کننده اصلی پس از معرفی خود و بیان اهداف کار، رضایت مصاحبه شونده را جلب و سپس مصاحبه‌ها با ۳ سؤال کلی و کلیدی تفاوت اصلی روحیات و تفکرات یک پدر و مادر داری فرزند با زوجین بدون فرزند چیست؟ تعریف شما از حس پدری و مادری؟ نقش پدر و مادر در یک خانواده چیست؟ که به صورت مجزا بعد از دریافت پاسخ هر سؤال قبلی به ترتیب مطرح می‌شدند شروع گردید. مصاحبه کننده در طی صحبت‌های مصاحبه شونده نقش هدایتگری صحبت‌ها را بر عهده داشت و از طرح سوالات صریح و جهت دار خودداری کرده تا پاسخ مشارکت کننده از هر حیث به دور از سوگیری و اعمال نظر، نظرات خود را انتقال دهد؛ لذا از قبل ساختار هدایت شده خاصی برای مصاحبه در نظر گرفته نشد و از ابتدا سکان پاسخ‌دهی در اختیار مصاحبه شونده قرار گرفت. برای جلوگیری از خستگی ذهنی نمونه‌ها، حتی الامکان سعی شد سؤالات کوتاه باشند. پس از طرح سؤال و توضیحات فرد، هر کجا لازم می‌شد از مصاحبه شونده درخواست می‌شد بیشتر توضیح دهد. همچنین در

رابطه با سؤالات از آزمودنی خواسته می‌شد تا با توجه به شرایط و تطابق سوالات با وضعیت فعلی خود به هر یک از سوالات پاسخ دهد نه بر اساس واقعیت و آرمانی که باید وجود داشته باشد. همچنین جهت بالا بردن ضریب همکاری و کاهش موارد بی پاسخ در ابتدای پرسشگری آموزش‌ها و توضیحات لازم به نمونه‌ها داده می‌شد.

مدت زمان هر مصاحبه بر حسب حوصله و تحمل مصاحبه شونده و نیز با توجه به همراه بودن نوزاد با مادر در مصاحبه‌های مربوط به مادران بین ۳۰ تا ۵۰ دقیقه متغیر بود.

پس از اتمام هر مصاحبه، ابتدا هر دو محقق به صورت مجزا به دقت به مصاحبه‌ها گوش فراداده و کلیه مکالمات را بر روی کاغذ پیاده کردند. در مرحله بعد محتوای مصاحبه‌ها و نوشته‌ها پس از چند بار گوش دادن و مرور دقیق مصاحبه‌ها استخراج و در کنار هر مصاحبه ثبت شده و بار دیگر با اطلاعات ضبط شده مطابقت داده شد. در مرحله بعد مکتوبات هر دو محقق تطبیق داده شده و موارد مشترک ادغام و در کنار سایر موارد جدید کشف شده توسط هر محقق نوشته شد.

تحلیل داده‌ها در تحقیق پدیده شناسی همچون سایر تحقیقات کیفی، یک الگوی منظمی از تکرار جمع آوری و تحلیل هم زمان داده‌هاست. این الگو اغلب مراحلی از جمع آوری داده‌ها تحلیل، جمع آور تحلیل تا اشباع داده‌ها ادامه می‌یابد بدین صورت که پژوهشگر، داده‌ها را جمع آوری می‌کند، سپس آن‌ها را تحلیل نموده و مجدداً داده‌های بیشتری جمع می‌کند تا اشباع داده‌ها رخ دهد (۴۵). روش‌های مختلفی برای تحلیل اطلاعات در پدیدارشناسی فنومونولوژی مطرح است که مقرر شد در این پژوهش از روش کلایزی (۱۹۷۸) استفاده گردد. این روش یک روش هفت مرحله‌ای مشتمل بر مراحل زیر است (۴۳- ۴۱):

۱- تمام توصیف‌های ارائه شده توسط شرکت کننده در مطالعه را که به طور مرسوم پروتکل نامیده می‌شود به منظور به دست آوردن یک احساس و مأنوس شدن با آن‌ها مطالعه می‌شود.

۲- به هر یک از پروتکل‌ها مراجعه و جملات و عباراتی را که مستقیما به پدیده مورد مطالعه مرتبط است، استخراج می‌گردد .این مرحله تحت عنوان استخراج جملات مهم شناخته شده است.

۳- تلاش برای پی بردن به معنای هر یک از جملات مهم. این مرحله تحت عنوان فرموله کردن معانی شناخته شده است.

۴- مراحل فوق را برای هر پروتکل تکرار نموده و معانی فرموله شده و مرتبط به هم در خوشه‌هایی از تم‌ها قرار می‌گیرند. از طریق مراجعه به پروتکل‌های اصلی، اعتبار خوشه‌ها مورد بررسی قرار گرفته و تناقضاتی که در بین و یا درون خوشه‌های متعدد وجود دارد مورد توجه قرار می‌گیرند. محقق نبایستی از این داده‌ها یا تم‌های به ظاهر نامناسب، چشم پوشی کند.

۵- تلفیق نتایج در قالب یک توصیف جامع از موضوع مورد پژوهش.

۶- فرموله کردن توصیف جامع پدیده تحت مطالعه به صورت یک بیانیه صریح و روشن از ساختار اساسی پدیده مورد مطالعه که اغلب تحت عنوان ساختار ذاتی پدیده نام گذاری می‌شود.

۷- از طریق مراجعه مجدد به هر یک از شرکت کنندگان و انجام یک مصاحبه منفرد و یا انجام جلسات متعدد مصاحب ، می‌توان نظر شرکت کنندگان را در مورد یافته‌ها پرسید و نسبت به اعتبارسنجی نهایی یافته‌ها، اقدام نمود. البته کلایزی معتقد است محققین باید نسبت به این مراحل انعطا ف پذیر باشند.

در این راستا:

۱- ابتدا همه توضیحات شرکت کننده، به دقت مطالعه شدند. برای این منظور تمام مصاحبه‌ها ضبط شده و سپس بر روی کاغذ برگردانده شدند که اصطلاحاً گفته می‌شود نوارهای صوتی پیاده شدند. در قدم بعدی برای کسب معانی، آن‌ها چندین بار خوانده شدند. این مرحله باید به دقت صورت می‌گرفت و محقق نبایست با یک بار خواندن مصاحبه دست به استخراج معانی بزند، بلکه به منظور به دست آوردن یک احساس و مأنوس شدن با داده‌ها محقق باید چندین بار توضیحات را می‌خواند و آن قدر در این مرحله تأمل می‌کرد که بتواند تسلط کافی در فهم کلی مصاحبه را پیدا کند.

۲- مرحله استخراج جملات مهم: در این مرحله، عبارات یا جملاتی که به طور مستقیم به پدیده مورد نظر مربوط بودند، از مصاحبه‌ها استخراج گردیدند. بدین منظور زیر جملات مهم خط کشیده شده و سپس استخراج شدند.

۳- مرحله فرموله کردن معانی شناخته شده: در این قسمت، معنی هر جمله مهم استخراج و در حاشیه متن مصاحبه یادداشت گردید. این ها به عنوان معانی منظم شده یا کد شناخته می‌شوند.

۴- مرحله دسته بندی داده‌ها: مورد قبلی برای هر مصاحبه تکرار شده و انبوه معانی استخراج شده به صورت خوشه موضوعات تم‌ها یا موضوعات اصلی سازمان دهی و فرموله شدند. سپس خوشه‌ها، به پروتکل‌های اولیه ارجاع داده شدند تا روایی آن‌ها مورد بررسی و تأیید قرار گرفته و تناقضاتی که در بین و یا درون خوشه‌ها وجود داشت برطرف شدند.

۵- تلفیق نتایج در قالب یک توصیف جامع: در این مرحله یک توصیف جامع از نتایج و خوشه‌ها تهیه گردید.

۶- بیانیه صریح و روشن از ساختار اساسی پدیده مورد مطالعه: در نهایت با فرموله کردن توصیف جامع پدیده تحت مطالعه یک تصویر کلی از ساختار ذاتی پدیده ارائه گردید.

۷ - اعتبارسنجی نهایی یافته‌ها: با رجوع به چند نفر از شرکت کنندگان و پرسش از آنان در مورد نتایج، از صحت یافته‌ها اطمینان حاصل شد. همچنین در راستای عینیت و مقبولیت بخشیدن به یافته‌ها، علاوه بر مرور دست نوشته‌ها توسط مصاحبه شوندگان از روش‌های همچون بازنگری ناظرین طرح و حسن ارتباط در جریان مصاحبه و نیز تخصیص زمان کافی استفاده گردید (۴۹).

نتایج

مشارکت کنندگان در این مطالعه شامل ۱۵ خانم و ۷ آقا بودند که ۲ ماه تا ۶ ماه از تولد فرزندان آن‌ها گذشته بود. سن متوسط خانم‌ها بین ۲۲ تا ۳۸ سال بوده و آقایان نیز میانگین سنی بین ۲۵ تا ۴۰ سال داشتند. تمام آقایان شاغل بوده و در میان خانم‌ها تنها ۳ نفر غیر از خانه داری شاغل بوده و در محیط بیرون از منزل مشغول کار بودند. ۱۱ نفر از خانم‌ها در حال گذراندن اولین تجربه‌ی فرزند داری خود بودند و ۳ خانم دومین فرزند خود را تجربه می‌کردند که یک نفر از آن‌ها فرزند اولش فوت کرده بود و یک خانم هم چهارمین تجربه‌ی فرزند داری را می‌گذراند. در میان خانم‌ها ۸۰ درصد نمونه‌ها سوادی در حد دیپلم و ۱۴ درصد سیکل و ۶ درصد تحصیلات دانشگاهی داشتند و در میان آقایان ۲۸ درصد تحصیلات دانشگاهی، ۲۸ درصد تحصیلات در حد دیپلم و ۴۴ درصد سیکل داشتند. داده‌های حاصل شده از تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها پیرامون تجارب شرکت کنندگان از فرزند داری و به عبارتی نقش والدی در مجموع شامل ۱۰ مضمون و ۵۱ زیر مضمون بود که به منظور رعایت اختصار و محدودیت صرفاً به برخی از مصاحبه‌ها ذیل هر مضمون اشاره می‌گردد.

۱- نقش‌های والدی:

ایفای نقش والدی، محور و رکن اصلی وظایف یک آقا و خانم بعد از پدر و مادر شدن است. اساساً مجموع صحبت‌های شرکت کنندگان در این خصوص حول سه محور نوسان داشت: پدر اسطوره صبر و استقامت و مادر اسطوره محبت و ایثار:

آقای شماره ۲ در این خصوص گفته بود: «به نظر من پدر و مادر بزرگترین موهبت‌های الهی برای فرزندان هستند. به نظر من مشخصاً پدر یعنی صبر واستقامت و ستون زندگی».

حس اجباری بودن نقش والدی (جبر طبیعت):

به نظر برخی شرکت کنندگان پدر و مادر شدن نوعی اجبار به شمار می‌رفت. آن‌ها فرزنددار شدن و پذیرش نقش والدی را نوعی اجبار زندگی می‌دانستند که فرزند در نقطه کانونی این جبر قرار داشت. به عنوان مثال خانم شماره ۳ در این زمینه اظهار داشت: «بالاخره هر خانمی یه روزی باید ازدواج کنه و برا شوهرش بچه‌ای بیاره و زندگی بچه داریشو شروع کنه. وظیفه تربیت فرزند و بچه داری تو ذات هر انسانیه که با ازدواج این وظیفه محقق میشه و روال طبیعی زندگی خواه ناخواه ادامه پیدا می‌کنه».

ایمان به برجستگی مسئولیت تربیت و مراقبت به عنوان بارزترین نقش والدی:

مهمترین وظیفه یک پدر و یا مادر همان طور که در صحبت های همه نمونه‌ها نیز منعکس بود وظیفه تربیتی و پرورشی والدین است. هر خانواده ابتدا مسئول نگهداری از فرزندان به لحاظ جسمانی و اقتصادی است؛ زیرا کودکان قادر نیستند وظیفه خود را نسبت به خود، به تنهایی انجام دهند و همین امر زمینه ساز ایفای نقش تربیتی فرزندان به عنوان برجسته ترین نقش والدی است. آقای شماره ۵ در این مورد گفته بود:«به نظر من مهمترین نقش یک پدر و مادر تربیت و پرورش بچه است. از همین الان رفتاری که به بچه القا میشه زمینه ساز تربیت او توی تمام مراحل زندگیشه، اگر درست تربیت بشه انگار یک جامعه تربیت شده و برعکس. اصلاً یه پدر و یه مادر بدون توجه به نقش تربیتیشون غیرقابل تصورند!».

۲- نقش‌های فرزندی:

فرزندان به خودی خود شرایطی را در یک خانواده به وجود می‌آورند که گاهی مثبت و گاهی می‌تواند منفی باشد و در اصطلاح کلی می‌توان از آن‌ها به نقش‌های فرزندی تعبیر کرد.

نقش مانعیت فرزند در برابر آزادی‌های قبلی والدین:

خانم شماره ۱۱ در این مورد گفته بود: «این که زندگی من دستخوش نوعی تغییر مثبت شده خوبه اما در کل بچه مانعی برای آزادی و خواب منه و این قدری بده. دیگه اون رفت و آمدهای قبلی و برو و بیاها وجود نداره یا خیلی کم شده حتی دیگه نمی‌تونی هر چیزی که دلت خواست تا یه مدتی مصرف کنی».

قش پیوند دهندگی و استحکام بخشی روابط زناشوئی فرزند:

به‌رغم مشکلاتی که امروزه برای کارکرد خانواده‌ها به وجود آمده است به‌نظر می‌رسد که هنوز این تعریف به قوت خود باقی است که خانواده یک گروه خویشاوندی است که در اجتماعی کردن فرزندان و برآوردن برخی از نیازهای بنیادی دیگر، مسئولیت اصلی را به عهده دارد. از نگاه بسیاری از شرکت کنندگان در این مطالعه همچون سیمانی که پیونده دهنده و استحکام بخش اجزای یک دیوار است، فرزند نیز نقش نگهدارندگی و استحکام بخشی روابط زوجین و کیان خانواده را بازی می‌کند. خانم شماره ۱۱ در این رابطه گفته بود: «فرزند اتصال دهنده و پیوند دهنده خوبی است بین والدین».

انتساب بخشی از مشکلات دوره فرزندداری به فرزند (مقصر دانستن فرزند):

به دنیا آمدن فرزند در یک خانواده قاعدتاً شرایطی را در یک خانواده به وجود می‌آورد که گاهی باعث می‌شود والدین به سبب آن متحمل برخی مشکلات و ناراحتی‌ها شوند. در این بین گاهی والدین فرزندان را مقصر اصلی مشکلات خانوادگی خود می‌دانند که به اعتقاد آن‌ها اگر فرزندان نمی‌بودند مشکلات نیز به وجود نمی‌آمد. از دیدگاه چنین والدینی هر چقدر به تعداد فرزندان نیز اضافه می‌شود این مشکلات می‌توانند بسته به خصوصیات اقتصادی و اجتماعی و پایگاه فرهنگی خانواده‌ها توسعه یافته و بغرنج تر شوند. آقای شماره ۲ در این مورد گفته بود: «بخش زیادی از مشکلات و دغدغه‌های اقتصادی این روزهای من به دلیل فرزندم هست چون اگر فرزند نداشتم مجبور به این همه رنج و سختی نبودم».

سایر زیر مضامین مطرح شده ذیل این مضمون عبارت بودند از:

نقش القاء کنندگی احتیاط و مراقبت رفتاری نوزاد به والدین از طریق بروز عکس العمل متقابل، احساس امنیت بیشتر در والدین به دلیل وجود پشتوانه فرزندی و احساس لزوم تعدد فرزند به خاطر امنیت بیشتر آتی فرزندان.

۳- دغدغه‌ها:

ورود فرزند به زندگی دو نفره یک زوج خود بخود شرایطی را در آن خانواده به وجود می‌آورد که مختصات قبلی زندگی زوجین را دگرگون می‌کند. از باب خصوصیت والدی، پدر و مادر هر دو دغدغه‌های تازه‌ای در رابطه با تأمین آتیه فرزندان و یا تربیت و پرورش آن‌ها و حتی تأمین حداقل احتیاجات فرزند یا فرزندان خود پیدا می‌کنند. زیر مضامین مطرح شده در این بخش عبارت بودند از: دغدغه تغذیه و کفایت شیردهی فرزند، نگرانی از بهم خوردن تناسب اندام، دغدغه اقتصادی و معیشتی (دغدغه تأمینی)، دغدغه آتیه فرزند، دغدغه

تربیت فرزند به دلیل فقدان مهارت‌های تربیتی، دغدغه تعادل بین شغل و زندگی، دغدغه ارتباط و تعامل سایر فرزندان با نوزاد جدید و دغدغه دیدگاه نزدیکان در مورد جنسیت فرزند. در ادامه به چند مورد از اظهارات والدین اشاره می‌شود.

خانم شماره ۶ در رابطه با کفایت شیردهی می‌گوید: «نمی‌دونم اصلاً این شیر من برای رفع گشنگی بچم کفایت می‌کنه یا نه! گاهی وقتا خیلی نگران این هستم که خدای ناکرده کمبود شیر من یا حتی کیفیت اون روی رشد بچم تأثیر بزاره».

خانم شماره ۲ در مورد دغدغه فقدان مهارت‌های تربیتی گفته بود: «الان که خونه‌ی بابامم میگم برم خونه چجوری از پس پرورش بچم بر بیام حس می‌کنم تواناییشو ندارم اطلاعاتشم ندارم».

خانم شماره ۶ در مورد دغدغه دیدگاه نزدیکان در مورد جنسیت فرزند گفته بود: «هستند اطرافیان و خویشاوندان نزدیکی که احساس بدی و نگاه بدی به دختردار شدن من دارند اما در کل من و شوهرم اصلاً به این موضوع فکر نمی‌کنیم فقط گاهی این نوع نگرش و این سطح آگاهی دیگران که روش رفتاراشونم اثر گذاشته ما رو ناراحت می‌کنه که چرا هنوز مردم این قدر در مورد جنسیت بچه کوته فکرند».

۴- مشکلات و محدودیت‌ها:

دغدغه‌ها با مشکلات و محدودیت‌ها تفاوت دارند؛ چرا که اساساً دغدغه‌ها نگرانی‌هایی ذهنی و روحی مبتنی بر شرایط بوده و مشکلات، گاهی نمود عینی دغدغه‌ها و گاهی تجلی محدودیت‌ها و مشکلات فیزیکی می‌باشند. این مضمون نیز به دلیل شرایط سنتی بودن بافت فرهنگی منطقه و این که عمدتاً زنان خانه دار بوده و مسئولیت رسیدگی به امور منزل را دارند بیشتر مختص زنان بود. زیر مضامین این بخش عبارتند از:

مشکلات جسمی مربوط به عمل سزارین:

خانم شماره ۳ در این مورد گفته بود: «از لحاظ جسمی چون سزارینی بودم الان نمی‌تونم سنگینی بردارم سنگینی که برمی‌دارم جای بچه درد می‌گیره».

کمبود خواب و احساس خستگی و سرگیجه و کوفتگی:

خانم شماره ۵ در این مورد گفته بود: «احساس میکنم وقتی بچم شیر میخوره احساس سرگیجه دارم. نمی‌دونم کمبود غذایی دارم یا بخاطر بیهوشی داخل اتاق عمل هست!؟».

کاهش کیفیت عمل به وظایف و راندمان رسیدگی به امور منزل، همسر و سایر فرزندان و نگرانی از آن، احساس توقع کاذب شوهر، محدودیت ارتباطات، اثربخشی درد زایمان بر دیدگاه نسبت به فرزندآوری و کیفیت مراقبت از کودک از دیگر زیرمضامین این بخش به شمار می‌روند.

۵- احساسات منفی روحی:

بر اساس نتایج تحلیل مصاحبه‌های صورت گرفته با مشارکت کنندگان باید گفت در مجموع احساسات افراد از پدر و مادر شدن احساسات مثبتی بود. اما در این بین تمایلات فکری و احساساتی هم وجود داشتند که ماهیت منفی داشته اما در اصل نوع نگاه و نگرش افراد را نسبت به نقش والدی تغییر نمی‌دادند و اگر هم احساسی منفی وجود داشت آن احساس جز جدایی ناپذیر مختصات این دوره است.

وسواس در رسیدگی و مراقبت از نوزاد:

خانم شماره ۴ در این مورد گفته بود: «همش نگران این هستم که نکنه خدای نکرده در مراقبت از بچم کم میزارم! همین فکرا باعث میشه که تمام حواسم پیش بچم و رسیدگی به او باشه. مدام نگران گرسنگی و تشنگیشم و نمی‌خوام بقیه حس کنند من نسبت به بقیه مادرا برا بچم کم میزارم».

حس انحصار طلبی مراقبتی و بی اعتمادی به دیگران:

خانم شماره ۹ در این مورد با ادبیاتی مشابه با زیرمضمون قبلی گفته بود: «اگر دردی داشته باشه دوست دارم خودم بالای سر بچم باشم و مراقبت کس دیگه رو قبول نمی‌کنم چون بچم رو خیلی دوست دارم نمی‌تونم برای برخی مشکلات بچه م به سیستم‌های بهداشتی درمانی اعتماد کنم».

۶. احساسات مثبت روحی و خصوصیات مثبت بیرونی:

خانواده به عنوان یک نهاد اجتماعی، معمولاً کارکردهای گوناگونی را برعهده دارد. ماهیت این کارکردها و سطح اجراء آن‌ها، بی‌گمان از فرهنگی به فرهنگ دیگر تفاوت می‌پذیرد. از طرفی همهٔ جوامع مشروع بودن تولد را تشویق می‌کنند. همان طور که در بخش قبل نیز ذکر شد در مجموع احساسات افراد از پدر و مادر شدن احساسات مثبتی بود و همین احساسات مثبت مبنای خصوصیات مثبتی در افراد می‌شوند که مختصات و ابعاد و کارکردهای خانواده را قوت می‌بخشد.

مهم‌ترین مفاهیم مطرح ذیل این بخش عبارت از احساس مالکیت بیشتر در زندگی، احساس شور و شوق بیشتر به زندگی و تقویت حس مثبت اندیشی به دنیا و زندگی، احساس افزایش رضایتمندی و کیفیت کلی زندگی، احساس خروج از انزوا، احساس سازگاری و تطابق بیشتر با زندگی، احساس تحول بنیادی در زندگی و هدفمند شدن فعالیت‌ها و تلاش‌ها، احساس مشارکت در آینده و سرنوشت جامعه و احساس علاقه بیشتر به همسر با تولد فرزند بودند.

۷. تقویت و تکامل:

تقویت حس احساس مسئولیت:

تقویت حس احساس مسئولیت در قبال خانواده و زندگی به خصوص در مورد آقایان بارزترین و مهم‌ترین خصوصیتی بود که به اذعان همه مشارکت کنندگان در مصاحبه با تولد فرزند تقویت گردیده بود. آقای شماره ۲ در این مورد گفتند: «الان که پدر شدم نسبت به قبل احساس وظیفه و مسئولیت بیشتری دارم و بیشتر به آینده فکر می‌کنم احساس می‌کنم باید به تامین هزینه‌ها بیشتر توجه کنم». و نیز آقای شماره ۴ : «الان که پدر شدم نسبت به قبل احساس وظیفه و مسئولیت بیشتری دارم و بیشتر به آینده فکر می‌کنم. چون با وجود بچه نیازهایی هم پیش میاد که انسان ناگزیر از تامین آن‌هاهست».

تقویت آستانه تحمل پذیری و صبر:

افزایش آستانه صبر و طاقت و تحمل مشکلات نیز از جمله موارد بارزی بود که توسط شرکت کنندگان به صورت مکرر گزارش شده و در زنان بروز و ظهور بیشتری داشت. مثلاً خانم شماره ۱۱ در این خصوص گفتند: «به لحاظ اخلاقی الان صبورتر شدم و بسیاری از بدی‌ها رو می‌بینم و تحمل می‌کنم بدون این که ناراحت باشم».

تقویت تکامل روحی و فکری و احساس پختگی و بهبود خصوصیات شخصیتی همچون تندی‌ها و پرخاشگری‌ها و قصور اخلاقی، تقویت ارتباط با خدا، غنی شدن و هدفمندی اوقات فراغت و متمرکز شدن توجهات به محور خانواده و فرزند، تقویت حس سپاس نسبت به والدین و تقویت حس عاطفه و مهرورزی از دیگر مفاهیم مطرح در این بخش بودند.

۸. اعتقادات، تفکرات و دیدگاه‌ها:

سلامت فرزند رکن اصلی رضایتمندی و خشنودی:

مهم‌ترین عامل و مشخصه‌ای که از دیدگاه همه مشارکت کنندگان باعث خشنودی و رضایت والدین می‌شود سلامتی فرزند به عنوان رکن اصلی شادی در زندگی است. به اعتقاد آن‌ها والدین به اقتضای نقش والدی خود حاضرند از خودگذشتگی داشته باشند و از همه سلامتی خود بگذرند اما به اصطلاح آن‌ها حتی «خاری به دست آن‌ها ننشیند».

القای احساسات مثبت و منفی خانواده‌های طرفین و تفاوت این القاء بین زمان فرزندداری و بدون فرزندی:

نکته بسیار جالبی که در میان صحبت‌های یکی از والدین شنیده می‌شد تفاوت رفتار اطرافیان نزدیک والدین در زمان فرزنددار شدن نسبت به زمان بدون فرزندی بود. آقای شماره ۵ در این رابطه گفتند: «من فکر می‌کنم از مسئله بچه دار شدن هم که بگذریم خانواده‌ها

از نظر احساسات تفاوت دارند. مثلاً در خانواده پدرم احساسات بیشتر است و خانواده‌های اطراف با احساسات متفاوت هم در رقم زدن احساسات ما اثر گذار هستند احساسات اطرافیان امواج مثبت و حتمی‌ای دارد که در مورد من بیشتر منفی بوده است».

دیدگاه مثبت دیگران نسبت به مادر به دلیل فرزندآوری:

خانم شماره ۲ در این رابطه گفت: «از زمانی که فرزندم به دنیا آمده متوجه تغییر رفتارهای خانواده شوهرم در قبال خودم می‌شم. حتی برخی همسایه‌ها و دوستان نزدیک شوهرم هم احساس متفاوتی نسبت به من دارند و در نگاه اونا می‌خونم که به من حس بهتری پیدا کردند».

۹. نیازها:

شرایط دوره فرزندداری بسته به ابعاد خود نیازهایی را برای پدر و مادر به خصوص مادر به وجود می‌آورد که برآورده شدن یا نشدن آن‌ها تأثیر به سزائی در موفقیت ایفای نقش والدی دارد. در این دوره با اضافه شدن فرزند به کمیت خانوار، هم به لحاظ اقتصادی و هم روحی- روانی و نیز به لحاظ فرهنگی و اجتماعی مجموعه نیاز خانواده و اعضای اصلی آن یعنی پدر و مادر دستخوش تغییرات عمده‌ای می‌شود. مجموعه‌ای از نیازهای تغذیه‌ای، حمایتی و اقتصادی از جمله نیازهای اساسی این دوره به شمار می‌روند. احساس نیاز به تقویت تغذیه‌ای و توقع یاری در مراقبت از نوزاد از همسر از مهم‌ترین نیازهای مطرح شده مادران در این مطالعه بودند.

۱۰. باورها و روشنگری‌ها:

چون زوجین بعد از فرزنددار شدن وارد دنیای جدیدی می‌شوند که تاکنون آن را تجربه نکرده‌اند به نوعی بر اساس شواهد موجود در مورد کلیات زندگی به نتایجی می‌رسند که به یک باور و ایمان قلبی نزدیک است. در حقیقت این دنیای جدید عناصر جدیدی را در خود دارد که زوجین به عنوان بازیگران اصلی آن با توجه به نوع نگاهشان به این دنیای جدید آن‌ها را کشف می‌کنند و کم کم در وجود آن‌ها به یک باور عمیق قلبی تبدیل می‌شود. در شرایط جدید آگاهی‌های بالقوه به معنایی بهتر به یک دانش و باور بالفعل و ملموس تبدیل می‌شود.

ملموس شدن تعریف والدی:

خانم شماره ۱ در این باره گفت: «تولد یک بچه مسلما یک اتفاق شاد هست و اثرات کلی روی من و خانواده‌ام داشته، اما چیزی که برام خیلی جالبه اینه که تصوراتی که قبلاً در مورد یه مادر با همه خصوصیاتش داشتم الان فکر می‌کنم برخیش غلط بوده و حالا که خودم یه مادر شدم می‌فهمم دنیای مادر بودن چه جوریه و این که یه مادر چرا این قدر مقدسه و اصلاً چه نقشی در خانواده داره».

ملموس شدن صحت یا عدم صحت انتخاب همسر با توجه به ارزیابی کیفیت مادری همسر:

آقای شماره ۲ در این خصوص به نکته جالبی اشاره کرد: «به نظر من اگه هر مردی در انتخاب خودش دقت کنه و شرایط در جامعه طوری فراهم بشه که موانع سر راه ازدواج صحیح جوونا برداشته بشه بسیاری از مشکلات در این مقطع یعنی بچه داری و تربیت بچه هم برداشته می‌شه و چون فردی که به عنوان همسر انتخاب میشه بهر شکل قراره در آینده مادر فرزندان شما بشه، اگه درست انتخاب نشده باشه در این مقطع هم مشکلاتی بوجود میاد».

ایمان به بزرگترین موهبت الهی بودن والدین برای فرزندان، ایمان به ناپایدار بودن روابط فرزندی و تعلق داشتن فرزند به دیگران، ایمان به تفاوت احساسات والدی به تفکیک خصوصیات فردی و جمعیت شناختی و ایمان به نامفهوم و مبهم بودن بخشی از احساسات والدی از سایر مفاهیم مطرح در این بخش بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس نتایج تحلیل مصاحبه‌های صورت گرفته در این پژوهش، برآیند دیدگاه‌ها و حالات روحی- روانی بعد از فرزنددار شدن در زنان و مردان برآیندی مثبت در کنار برخی مشکلات و دغدغه‌هایی است که در ذات خود به عنوان یک معضل منفی به حساب نیامده و به مثابه «خاری در کنار گل» خودنمائی می‌کنند. در پژوهش حاضر بالغ بر ۵۰ گویه در قالب مضامینی همچون نقش‌های والدی،

نقش‌های فرزندی، دغدغه‌ها، مشکلات و محدودیت‌ها، احساسات منفی روحی، احساسات مثبت روحی و خصوصیات مثبت بیرونی، تقویت و تکامل، اعتقادات، تفکرات و دیدگاه‌ها، نیازها و باورها و روشنگری‌ها به عنوان حالات روحی- روانی والدین بعد از فرزنددار شدن استخراج گردید که طیف نسبتاً وسیعی از مجموعه روحیات والدین را به شرح جدول شماره ۱ به نمایش می‌گذارند.

مسئله پدری و مادری و عهده داری سرپرستی فرزندان، مسئولیتی خطیر و موفقیت در آن مستلزم آگاهی، فداکاری و اخلاق و اعتقاد است. به فرموده پیامبر، پدر مسئول است. او مسئول است اعتماد را در درون خانواده بیاورد، مراقب فرزندان باشد و زمینه را برای استقلال و آزادی فراهم آورد و مخاطرات را از آن‌ها دور سازد. از همان دوران جنینی پدر باید زمینه ساز تربیت فرزند باشد تا روزی که او به دنیا آمد دچار گرفتاری و سردرگمی نباشد (۵۰). در پژوهش حاضر نیز نقش تربیتی و پرورشی فرزندان خطیرترین نقش والدین از نگاه شرکت کنندگان در مطالعه بود. در حقیقت مهم‌ترین تفاوت احساس شده بعد از فرزند دار شدن نسبت به قبل از آن از دیدگاه والدین همان احساس فرارسیدن زمان ایفای نقش واقعی پدری و مادری در زندگی به عنوان رسالتی بزرگ که از ارکان زندگی اجتماعی و خانوادگی هر پدر و یا مادری است، می‌باشد. از آنجا که اصل وجود هر انسانی از پدر و مادر است، می‌توان گفت در میان پیوندهای خویشاوندی، هیچ کس به اندازه پدر و مادر به انسان نزدیک نیست. همچنان که هیچ کس به اندازه آن‌ها، با انسان مهربان نیست. پدر و مادر بعد از خداوند، حق حیات بر گردن فرزند دارند. این دو موجود مهربان، فرزند یا فرزندان خود را از دوران ضعف و ناتوانی آن‌ها یعنی از دوران کودکی تا زمان توانمندی یاری می‌رسانند و همه امکانات خود را سخاوتمندانه نثار فرزندان می‌کنند. بنابراین نقش حیاتی و ارزشمند پدر و مادر در پرورش و رشد فرزند، بر کسی پوشیده نیست (۵۱).

از طرفی دیگر هر یک از والدین از جایگاهی خاص در ساختار خانواده برخوردارند. آن‌ها با توجه به موقعیتشان در محیط خانواده، نقش‌هایی متفاوت و در عین حال مکمل را ایفا می‌کنند. در جاهایی حضور مادر، پررنگ تر و در مواردی حضور پدر مؤثرتر است. به هر حال آن‌ها می‌توانند به طور مشترک نیز بر مناسبات خانوادگی تاثیر بگذارند (۵۲). بر اساس شواهد موجود در پژوهش انجام گرفته در بسیاری از گویه‌ها اشتراکاتی بین والدین وجود داشت که بیشتر از این که به یک اشتراک شبیه باشد به نقش مکملی وظایف هر یک از والدین و یا در سطحی وسیعتر روحیات والدین اشاره دارد. آنجا که یک پدر و مادر مهم‌ترین دغدغه خود را تربیت فرزند و تأمین معاش او می‌دانند و یا آنجا که والدین مهم‌ترین وجه تمایز یک مرد و زن فرزنددار را نسبت به یک خانواده دو هسته‌ای بروز حس احساس مسئولیت، حس تکامل روحی و روانی، حس سپاس به زندگی، خداوند و والدین خود می‌دانند، همه و همه نشانه‌ای از مکمل بودن بسیاری از حالات روحی و روانی والدین در فرآیند ورود به دنیای والدی است.

در این مطالعه برخی از خصوصیات ابزار شده از طرف والدین مختص به یکی از والدین و عمدتاً مادران بود. به عنوان مثال دغدغه تغذیه و کفایت شیردهی فرزند، نگرانی از بهم خوردن تناسب اندام، اثربخشی درد زایمان بر دیدگاه نسبت به فرزندآوری و کیفیت مراقبت از کودک، احساس نیاز به تقویت تغذیه‌ای، کاهش کیفیت عمل به وظایف و راندمان رسیدگی به امور منزل، همسر و سایر فرزندان و نگرانی از آن، کمبود خواب و احساس خستگی و کوفتگی، مشکلات جسمی به عمل سزارین، وسواس در رسیدگی و مراقبت از نوزاد و حس انحصار طلبی مراقبتی و بی اعتمادی به دیگران از جمله خصوصیات و احساساتی بودند که مختص مادران بود. در ساختار یک خانواده کامل، یعنی خانواده متشکل از پدر و مادر و فرزندان، معمولاً پدران نان آور خانواده هستند و مسئولیت تامین معاش و نیازهای اقتصادی خانواده برعهده آنان است. گر چه امروزه به علت سختی زندگی، زنان نیز دوشادوش مردان در تامین بخشی از هزینه‌های زندگی، سهیم هستند، اما مردان، اوقات بیشتری را در خارج از کانون خانواده می‌گذرانند. این امر ممکن است سبب افتراق احساسات بین والدین به تناسب نوع وظایفی که هر یک از والدین به عهده دارند شود. از طرفی به نظر می‌رسد هر یک از والدین در آفرینش خود به صورت ذاتی دارای مشخصه‌هایی هستند که وجود اختصاصی برخی حالات را در آن‌ها اجتناب ناپذیر می‌سازد (۵۳). آنجا که مادر نماد مهر و محبت و عاطفه و پدر نماد قدرت و آرامش در خانواده به حساب می‌آیند بهتر می‌توان در رابطه با تفاوت‌های روحی و روانی والدین که طبعاً بروز و ظهورهای متفاوتی را نیز در نقش آفرینی هر یک از آن‌ها می‌آفریند به قضاوت نشست. پدر به عنوان سمبل اقتدار در خانواده، نقش مهمی در تربیت روحی و روانی فرزندان دارد. رابطه پدر با هریک از فرزندان دختر و پسر، از اهمیت خاصی برخوردار است.

درمورد نقش مادر در خانواده نیز باید گفت که مادر، مؤثرترین عامل تربیت و تامین کننده سلامت روحی، روانی و جسمانی فرزندان است. نقش اساسی مادران در تربیت موجب شده است که در نظام تربیتی و حقوقی اسلام، به مادران توجهی خاص شود. محبت مادر به فرزند چنان تاثیرگذار است که هیچ چیزی نمی‌تواند جای آن را بگیرد. نوازش مادر یکی از غذاهای روحی کودک است و مادر باید به اندازه لازم، فرزند خود را از این غذای روحی بهره مند سازد. مادر از نظر روانی و عاطفی، سرشار از محبت است و توان بالایی در ابراز احساسات و عواطف دارد. حال اگر از این توان، درست استفاده شود، در تحکیم پیوند خانوادگی و چگونگی شکل گیری روابط اجتماعی فرزندان نقش سازنده‌ای خواهد داشت. مادران به ویژه در ارتباط با دختران از کارکردهای تاثیرگذار تربیتی برخوردارند. روان شناسان معتقدند که پرورش صفاتی از قبیل اعتماد به نفس، عزتمندی، خودباوری برعهده مادرانی کارآمد و فهیم است. چرا که این فرشتگان محبت از طریق مسیری که با مهر خود می‌گشایند، راه پرفراز و نشیب تربیت را هموار می‌کنند. مادر در تلطیف احساسات فرزند به ویژه فرزند پسر، نقش مهمی دارد. گاهی تند خوئی‌ها و پرخاشگری‌های پسران، در یک مکالمه ساده و آرام بخش با مادران، فرو می‌نشیند. مادران به دلیل عواطف قوی، به گلایه‌ها و مشکلات فرزندان، بهتر توجه می‌کنند و رازدارانی امین در خانواده هستند. به علاوه، مادران می‌توانند در زمینه الگو دهی به دختران، بسیار موثر و جهت دهنده عمل کنند. البته به شرطی که در ایجاد رابطه محبت آمیز با آن‌ها موفق شده باشند.

در این مطالعه مقرر بود با استفاده از متدی علمی در راستای آسیب شناسی سیاست افزایش جمعیت به منظور رفع موانع آن با اتکای به آموزه‌های دینی و اسلامی مهم‌ترین موانع و دغدغه‌ها از دیدگاه گروهی از والدین مورد بررسی قرار گیرد. در حقیقت یکی از الزامات تحقق هدف افزایش جمعیت در برهه کنونی توجه به ابتدایی ترین موانعی است که در نگاه والدین خودنمایی می‌کند. بر اساس شواهد به دست آمده باید گفت افزایش جمعیت در اسلام یک اصل است. خداوند بارها در آیات قرآنی کسانی را که به خاطر فقر یا توهم فقر از بچه داری جلوگیری می‌کنند یا فرزندان را در رحم یا پس از آن می‌کشند، سرزنش می‌کند؛ چرا که خداوند روزی رسان همه آفریده‌هایش است و به قول معروف آن که دندان دهد نان دهد. در آموزه‌های وحیانی اسلام، افزایش جمعیت در میان مسلمانان و مؤمنان یک ارزش است و خداوند برای فرزنددار شدن افراد، پاداش‌های بسیاری تعیین و بیان کرده است (۵۴). قبل از آن که نظر محققان و اندیشمندان جمعیت شناس به مسئله افزایش جمعیت و محدود بودن منابع طبیعی، جلب شود، توصیه سیاست‌مداران همواره در جهت تکثیر نفوس و افزایش جمعیت بوده که منبع ثروت و قدرت به شمار می‌آمدند (۵۵). از سال‌های نخست پیش از انقلاب حوالی سال‌های ۱۳۴۱ که سیاست‌های جمعیتی مبتنی بر تنظیم خانواده آغاز شد تاکنون کمیت جمعیت در ایران متأثر از سیاست‌های مختلف جمعیتی فراز و نشیب‌های بسیاری داشته و بعضاً به نوعی مورد سو تدبیر در مدیریت جمعیتی قرار گرفته است. اما نقطه مشترک در همه این سال‌ها توجه به نقش خطیر جمعیت در رشد و شکوفائی کشور بوده است؛ کما این که هر گونه سیاست جمعیتی نیز با این هدف برنامه ریزی می‌شده است. ناگفته نماند که سیر تحولات در زمینه کشاورزی و صنعتی، بهبود شرایط بهداشتی، به ویژه پیشرفت علوم پزشکی و به تبع آن کاهش مرگ و میر، تأثیر به سزایی در افزایش جمعیت کشور داشته است. هر چند در مطالعه حاضر نیز والدین بر نقش مهم و تأثیرگذار مسائل اقتصادی و معیشتی در افزایش بعد خانوار به عنوان یک الزام و ضرورت تأکید داشتند اما در عوض هستند مستنداتی که به اثبات رسانده‌اند که موضوع اقتصادی تأثیر چندانی بر پیامد رشد اعضای خانوار در دراز مدت ندارد (۵۶)؛ چرا که هستند خانواده‌های با وضع معیشتی مطلوب که از حجم پایین خانواری برخوردارند؛ لذا به نظر می‌رسد مسأله مهم در این بین نقش و تعهد و مسئولیتی است که هر یک از والدین در این راستا باید به دوش بکشند. شیوه‌های فرزند پروری در گذر از اعمالی است که اهداف گوناگونی را در بردارد. تربیت اخلاقی و روانی، شناسایی، رشد و پیشرفت استعدادهای فرزندان، آموزش مهارت‌ها، آشنا کردن با قوانین و هنجارهای جامعه از دید والدین از جمله این اهداف می‌باشند (۵۷).

به عنوان نتیجه‌گیری نهایی باید گفت بر طبق آیات قرآن کریم، افزایش فرزند و باروری زیاد، همراه با مال و ثروت و مُلک از جمله مصادیق الطاف الهی بر شمرده می‌شود. والدین با هر رنگ، نژاد، مذهب، فرهنگ و ملیت؛ در همه نقاط جهان اولین سرپرستان و مربیان کودکان به شمار می‌روند که شادی را برای آن‌ها به ارمغان می‌آورند و امکانات زندگی را مهیا می‌کنند. والدین ارکان هر خانواده و

بنیان‌گذار جوامع هستند. در بسیاری از جوامع پدران به عنوان نان‌آور، معلم اخلاق و رئیس خانواده شناخته می‌شدند. در برخی کشورها تأکید زیادی بر نقش پدران چه به لحاظ عملی و چه به لحاظ احساسی در رشد و پرورش کودکان وجود دارد. البته برخی تحقیقات جدید نیز بر ایفای نقش مؤثر و مشارکت فعال پدران در رشد کودکان تأکید دارند. همچنین مادر به عنوان اسطوره فداکاری و ایثار و محبت رکن اصلی هر خانواده‌ای است که فقدان آن در مختصات یک خانواده را به لحاظ نقش آفرینی‌های متعدد و جایگاه مهمی که در تکامل خانواده دارد غیر قابل تصور می‌نماید. به نظر می‌رسد نفس والدی اعم از پدر یا مادر شدن یک نقش آفرینی و تجربه بسیار بزرگ و در عین حال ظریف و زیبا است که بسیاری از والدین را از بحران‌هایی که تا قبل از فرزنددار شدن تجربه می‌کردند دور کرده و به سمت تکامل و تکاپو و پویائی و سازندگی رهنمون می‌سازد. این مهم از ماهیت کلمه به کلمه صحبت‌های مشارکت کنندگان در این پژوهش قابل استنباط بود. اما در عین حال نگرانی‌ها و دغدغه‌هایی در این دوران گریبان‌گیر والدین می‌شود که نه به عنوان یک نکته منفی بلکه به عنوان یک تجربه بکر و تازه، چالشی برای ایفای صحیح نقش والدی در مسیر تعالی بنیان خانواده است. می‌طلبد برنامه ریزان و سیاست‌گذاران امر خانواده با نگاهی نو به ابعاد روحی زنان و مردان بعد از فرزنددار شدن و موانعی که از طرف والدین در مقابل افزایش جمعیت وجود دارد، با برنامه ریزی صحیح و مبتنی بر شواهد این تجربه خوش را برای والدین ماندگارتر و طبیعتاً زمینه‌های مساعدتری برای تربیت نسلی سالم و تحقق اهداف سیاست‌های افزایش جمعیتی را فراهم سازند.

یکی از مهم‌ترین محدودیت‌های مطالعه حاضر تک قومیتی بودن جامعه مورد بررسی بود. به نظر می‌رسد قومیت اقوام مختلف احتمالاً کارکردهای خانوادگی مختلفی داشته باشند. از این رو پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی در این خصوص قومیت‌های مختلف وارد فرآیند بررسی و مطالعه شوند. به علت حساسیت موضوع و عدم همکاری برخی زنان و مردان، مشکلات فرهنگی و عدم پاسخ صحیح به دلیل کمبود دانش در این زمینه، برخی مصاحبه‌ها به سختی صورت گرفت. همچنین ماهیت موضوع و شرایط مصاحبه خارج از حوصله برخی والدین در محیط مراکز بهداشتی درمانی بود که پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی محیط آرام تری برای مصاحبه با والدین اتخاب گردد. پژوهشگران و مصاحبه کنندگان در راستای مرتفع ساختن برخی از این محدودیت‌ها با اقداماتی همچون شفاف سازی بیشتر و بهتر در مواردی که ابهام در گفتگوها وجود داشت و همچنین تقاضای توضیحات تکمیلی با سؤالاتی نظیر «آیا امکان دارد در این زمینه توضیح بیشتری دهید؟» و نیز فراهم کردن فضائی صمیمی به طوری که احساس همدلی و راحتی را در ابراز بیانات والدین کاملاً مشهود می‌کرد سعی در هدایت بهینه جلسات به سمت تعاملی مفید کردند و بسیاری از محدودیت‌های مذکور به این شکل از بین رفت که در مطالعات آتی به عنوان راه‌کارهایی اثربخش پیشنهاد می‌گردند و برخی مشکلات بر جای مانده نیز بسته به شرایط نمونه ها اجتناب ناپذیر بود.

تشکر و قدردانی

این مطالعه حاصل طرح تحقیقاتی مصوب معاونت محترم تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی جیرفت در سال ۱۳۹۳ می‌باشد که با حمایت‌های مالی و علمی این معاونت و همچنین همکاری دلسوزانه پرسنل محترم مراکز بهداشتی درمانی سطح شهر جیرفت به انجام رسیده است. قطعاً بدون همکاری و حمایت‌های بی شائبه این عزیزان انجام این پروژه مقدور نبود که بدین وسیله مورد تقدیر و تشکر فراوان قرار می‌گیرند.

References

1. Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Hauth JC, Gilstrap LC, Wenstrom KD. Wiliams Obstetrices. 22nd ed. New York: MC Graw-Hill; 2005: P201-230.
2. Carlson K, Stephanie I, Abolmaali Kh, Saberi H, Latifi Zh, Ganji H, et al. Women's mental health. Tehran: Savalan Pub; 2000.
3. Ganingham G. Williams' pregnancy & childbirth. Translated by: Valadan M, 3nd ed. Tehran: khosravi pub. 2006: P294-96.

4. Nikpour M, Abedian Z, Mokhber N, Khaleghi Z, Banihosseini SZ, Ebrahimzadeh S. Relationship between delivery method and postpartum depression. Journal of Fundamentals of Mental Health. 2012; 1(53): 46-53.
5. Bewely C. Postnatal depression. Nursing Standarded.1999; 13(16):49-56.
6. Jorjani S.E. Mental states: Healthy life style of Iranian Traditional Medicine. [Internet]. Comprehensive information base of traditional medicine. 2007 [updated 2010 May 2; cited 2010 Jun 25]. Available at URL : http://www.lifestyle.timclinic.ir/six-essential-principles-/mood.html.
7. Rohollahi MS. Women's mental and emotional states. [Internet]. Afkarnews web site. 2013. [updated 2013 May 2; cited 2013 May 25]. Available at URL: http://www.afkarnews.ir/vdcgxx9xyak9uu4.rpra.html.
8. Kaplan H, Sadocks B. Summary of Clinical Psychiatry. 3nd ed. Translated by: Rafiei H, Rezaei F. Tehran: Arjmand pub; 2003: P 87.
9. Kaplan H, Sadocks B. Anxiety Disorders: Summary of Clinical Psychiatry. 2nd ed. Translated by: Rafiei H, Rezaei F. Tehran: Arjmand pub; 2003: P 187.
10. Fraser D, Copper M.A. Myles text book for midwives, 14th ed. New York: Churchill Livingstone, 2003. P: 210.
11. Hen shaw C. Mood disturbance in the early puerperium: a review. Archives of women's Mental Health. 2003;6(2): 33-42.
12. Sherwen L, Scolovena M.A, Weingarten C. Maternity nursing. London: Appleton & angle, 2003.
13. Cheraghi A, Geranmayeh M, Tehrani Sh. Changes in serum cholesterol levels of depression before and after childbirth. Nursing and Midwifery journal of Tehran University of Medical Sciences (Life). 2007; 4 :59.
14. Rivlin ME, Martin RW. Manual of clinical problems in obstrertrics and gynecol. 15th ed. Lippincott Williams and Wilkines;1999. P: 99.
15. Akhlaghi F, Mokhber N, Taghi Shakeri M, Shamsa F. Relation between depression, anxiety, self-esteem, marital satisfaction, demographical factor and maternal complications with fear of childbirth in nulliparous women. Journal of Fundamentals of Mental Health. 2012; 2(54): 122-31.
16. Ganingham G. Williams' pregnancy & childbirth. Translated by: Ghazi Jahani B, 2nd ed. Tehran: Golban pub. 2002. P:1415-1419.
17. Kaplan HI. Sadocks BJ. Comperhensive text book of psychiatry.7th ed. Lipincott Williams & Wilkins.1999.
18. Gabbe SG, Nieby JR, Simpson JL. Obstetrics: normal and problem pregnancies.14th ed. Churchill Livinstone; 2002. P.716.
19. Hapgood CC, Elkind GS, Wright JJ. Maternity blues: phenomena and relationship to later postpartum depression. Aust N Z J psychiaritry.1998;22(3):229-306.
20. Frazer D, Copper MA. Myles textbook for midwives. 14thed. Churchill Livingstone; 2003. P:621-660.
21. Raymond NC, Pratt RJ, Godecker A, Harrison PA, Kim H, Kuendig J, et al. Addressing perinatal depression in a group of underserved urban women: a focus group study. BMC Pregnancy Childbirth. 2014;14:336.
22. Dennis CL, Chung Lee L. Postpartum depression help-seeking barriers and maternal treatment preferences: a qualitative systematic review. Birth. 2006; 33(4):323–331.
23. Robertson E, Grace S, Wallington T, Stewart DE. Antenatal risk factors for postpartum depression: a synthesis of recent literature. Gen Hosp Psychiatry 2004, 26(4):289–295.
24. Stowe Z.N, Hostetter A.L, Newport D.J. The onest of post partum depression: Implicatons for clinical Screeing in obstetrical and primary care. American Journal of obstetric & Gynecology. 2005;192;522-60.
25. Wilson EK, McQuiston C. Motivations for pregnancy planning among Mexian 32mmigrant Women in North Carolina.Matern Child Health.J. 2006;10(3):311-20.
26. Jafarpour M, Esfandyari M, Mokhtarsahi Sh, Hoseini F. The Effect of Stressful Life Events on Postpartum Depression. Journal of the Kermanshah University of Medical Sciences. 2006;10(4):12-19.
27. Sadat Z, Kafaei Atrian M, Masoudi Alavi N, Abbaszadeh F, Karimian Z, Taherian A. Effect of mode of delivery on postpartum depression in Iranian women. J Obstet Gynaecol Res. 2014;40(1):172-7.
28. Khodadadi N, Mahmoodi H, Mirhagjoo N. Postpartum Depression Relationship with Some Psychosocial Effects in Mothers. J Ardabil Univ Med Sci. 2008; 8(2) :142-148.
29. Akbarzadeh M, Toosi M, Zare N, Sharif F. Effect of Relaxation and Attachment Behaviors Training on Anxiety in First-time Mothers in Shiraz City, 2010: A Randomized Clinical Trial. Journal of Qom University of Medical Sciences. 2013;6 (4):14-23.
30. Khooshemehry G, Shariati Feizabady A, Naserkhaki V. Prevalence of postpartum depression and the Factors that Decides in Clinics in the North of Tehran. Scientific Journal of Hamedan Nursing & Midwifery Faculty (Nasim-Danesh) 2011; 19 (1): 59-64.

31. Sadeghi aval shahr H, Sadat moosavi sahebalzamani S, Jahdi F, Neisani samani L, Haghani H. Relationship between Perceived Social Support in First Pregnancy with Birth Satisfaction in Primigravid Women Referred to Shahid Akbar Abadi Hospital. Preventive Care in Nursing & Midwifery Journal. 2014; 4 (1): 54-64.
32. Rahmani F, Seyedfatemi N, Asadollahi M, Seyedrasooli A. Predisposing Factors of Postpartum Depression. Iran Journal of Nursing. 2011; 24 (72):78-87.
33. Reck C, Noe D, Gerstenlauer J, Stehle E. Effects of postpartum anxiety disorders and depression on maternal self-confidence. Infant Behav Dev. 2012;35(2):264-72.
34. Faisal-Cury A, Menezes PR, Huang H. The relationship between perinatal psychiatric disorders and contraception use among postpartum women.Contraception. 2013;88(4):498-502.
35. Golinelli D, Longshure D, Wenzel SL. Substance use and Intimate partner 33larifyi: 33larifying the Relevance of omen's use and Partners` use. Journal of Behavioral Health Services & Research. 2009;36(2):199-211.
36. Nikbakht Nasrabadi A, Borimnejad L, Joulaei S. Introduction to phenomenological research in medical science. Community base pub, Tehran. 2009. P:40.
37. Salsali.M, Parvizi S, Adib Haj Bagheri M. qualitative research methods. Publishing and promoting bushra. 2010. P: 51
38. Delaware A. theoretical and practical discipline in humanities and social research. 5 nd ed, Roshd pub, Tehran, 2006. P: 50
39. Mohammadi B. Introduction to qualitative research methods. 1nd ed, Institute for Humanities and Cultural Studies pub. Tehran, 2006. P: 21-30.
40. Burnes N. Grove S. Understanding Nursing Research, Saunders co, 2007. P: 220.
41. Leininger M. McFarland M. R. Tran cultural Nursing. 3nd ed., New York, MC Graw-Hill, Medical Pub. 2002. P: 41-42.
42. Morse J.M. "What Is Qualitative Research?", Qualitative Health Research. 2005;7: 859.
43. Mayan M. J. An Introduction to Qualitative Methods: A Training Module for Students and Professionals. Int, Institute for Qualitative Methodology. 2002. P:43-57.
44. Van Manen M. Researching lived experience: human science for an action sensitive pedagogy. Ontario, ON: University of Western Ontario; 1990.
45. Priest H, Roberts P, Woods, L. "An Overview of Three Different Approaches to the Interpretation of Qualitative Data", Part 1: Theoretical Issues, Qualitative Approaches, Nurse Researcher. 2002. P: 339-45.
46. Kang E, Rapking BD, DeAlmeida C. Are psychological consequences of enduring or transitory? A longitudinal study of HIV stigma and distress among Asians Pacific Islander living with HIV illness. AIDS Patient Care STDs. 2006; 20(10): 712-23.
47. Polit D, Beck CT. Essentials of Nursing Research: Appraising Evidence for Nursing Practice. 7th ed. Lippincott Williams & Wilkins; 2009. P: 18-24.
48. Parvizy S, Nikbahkt A, Pournaghash Tehrani S, Shahrokhi S. Adolescents' perspectives on addiction: qualitative study. Nurs Health Sci. 2005;7(3):192-8.
49. Adib Hajbaghery M, Golamabas Mousavi, Hossein Akbari. Factors influencing survival after in-hospital cardiopulmonary resuscitation. Resuscitation 2005, 66 (3): 317-321.
50. ROSHD Encyclopedia, Function and role of the father in the family, available at: UTRL: http://daneshnameh.roshd.ir/mavara/mavara-index.php?page=%.
51. Rahimi A. Successful young, Jamal press, 2013, Tehran: p43.
52. Glading S. family therapy. History, Theory, Applications. Translated by Bahari farshad and etal. 2003; TAZKIEH pub. Tehran. P: 34-40.
53. Aminmajd Z. Thought, the nuclear family, according to sociological thought Parsons. Research Center for Women and Families. Available at: http://www.wrc.ir/?action=Publication.View&Type=&CID=110&ID=593
54. Makarem Shirazi N. The Second Seminar Medical Islam views. Mashhad University of Medical Sciences pub. 2001; pp840.
55. Helmseresht P, Delpisheh I. Health and Family Planning. CHEHR Pub. 1999; pp3.
56. Ziaei Bigdeli MT, Kalantari S, Alizadeh- Aghdam M. Relationship between total fertility rates with socio-economic development. Journal of Social Welfare. 2005; 21(5): 123- 140.
57. Aezazi Sh. Family Sociology with an emphasis on the role, structure and function of the family in contemporary. Intellectuals and women's studies pub. 2010: Tehran, pp 187-192.

بررسی نقش مولفه‌های صبر در پیش بینی سلامت روان دانشجویان

اعظم فرمانی[1*]، فرهاد خرمائی[2]، فهیمه بانشی[2]

۱- گروه روان‌شناسی، مرکز تحصیلات تکمیلی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
۲- گروه روان‌شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: با توجه به اهمیت صبر و تاکید فراوان قرآن کریم بر آن، بررسی ارتباط این سازه‌ی دینی- روان‌شناختی با سلامت روان ضرورت دارد. بنابراین هدف این پژوهش، بررسی نقش مولفه‌های صبر در پیش بینی سلامت روان دانشجویان بود.

مواد و روش‌ها: جامعه‌ی آماری این پژوهش کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز بودند. از میان این افراد، تعداد ۳۰۰ نفر (۲۱۹ دختر و ۸۱ پسر) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند و با تکمیل مقیاس صبر (خرمائی، فرمانی و سلطانی، ۱۳۹۳) و فرم کوتاه پرسشنامه سلامت عمومی (گلدبرگ و هیلر، ۱۹۷۹) در این پژوهش شرکت کردند.

نتایج: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان نشان داد که مولفه‌های رضایت و استقامت صبر پیش بینی کننده‌ی منفی و معنادار مولفه‌ی شکایت جسمانی بود. همچنین مولفه‌های رضایت، استقامت و درنگ پیش بینی کننده‌ی منفی و معنادار اضطراب بودند. مولفه‌ی اختلال در کارکرد اجتماعی نیز توسط مولفه‌ی استقامت به صورت منفی و معنادار پیش بینی شد. علاوه بر این، مولفه‌های متعالی شدن، رضایت و استقامت مولفه‌ی افسردگی را به صورت منفی و معنادار پیش بینی نمودند.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج، لزوم توجه روان‌شناسان و سایر متخصصان حوزه‌ی سلامت به مفهوم صبر و استفاده از آن در کاربست‌های بالینی ضرورت دارد. بنابراین به منظور ارتقای سلامت روان دانشجویان، پیشنهاد می‌شود از راهبردهای آموزشی صبر با تاکید بر مولفه‌های پنج‌گانه‌ی آن استفاده گردد.

کلمات کلیدی: **صبر، مولفه‌های صبر، سلامت روان**

* **نویسنده مسئول: اعظم فرمانی**، گروه روان‌شناسی، مرکز تحصیلات تکمیلی دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. Email: azamfarmani3@gmail.com

مقدمه

صبر فضیلتی اخلاقی است و به استقامت، شکیبایی، خویشتن داری، رضایت و متعالی شدن فرد در موقعیت‌هایی اشاره دارد که برای او دشوار و ناخوشایند است (۱). در این تعریف، صبر فرآیند فعالانه‌ای است که موجب می‌شود فرد در مواجهه با موقعیت‌های دشوار و گاه غیرقابل تغییر ناله و شکایت نکرده و بردباری ورزد، همچنین در انجام امور و فعالیت‌ها پایداری و ثبات داشته و در مقابل خواسته‌ها و امیال درونی خویشتن داری نماید و سختی‌ها و ناملایمات را وسیله‌ای برای رسیدن به تعالی قرار دهد. خرمائی، فرمانی و سلطانی (۲) براساس روش تحلیل عاملی پنج مولفه را در صبر شناسایی کردند. این محققان با بررسی کل آیات قرآن کریم در مورد صبر و معانی مستتر در این آیات اقدام به تدوین مقیاسی برای سنجش صبر نمودند. نتایج تحلیل آنان، پنج مولفه صبر را مورد شناسایی قرار داد. این مولفه‌ها عبارتند از: متعالی شدن (تحمل سختی‌ها، مصایب و ناملایمات جهت رسیدن به قرب الهی و رشد معنوی)، شکیبایی (بردباری و تحمل مصایب و سختی‌ها)، رضایت (پذیرش وضع موجود بدون گله و شکایت و قبول آنچه که فرد دارد)، استقامت (پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت) و درنگ (خویشتن داری در مقابل خواسته‌ها و کنترل امیال درونی).

پژوهش‌ها اهمیت و نقش صبر را در کاهش پرخاشگری (۴- ۳)، اضطراب و افسردگی (۵) و بهزیستی روانشناختی (۶) مورد بررسی قرار داده‌اند. همچنین دیگر پژوهش‌ها ارتباط این سازه‌ی روانشناختی- دینی را با ناامیدی (۸- ۷)، امید به زندگی (۱۰- ۹)، شخصیت (۱)، رضایت زناشویی (۱۱)، راهبردهای مقابله‌ای (۱۲) و افکار خودکشی (۱۳) مورد بررسی قرار داده‌اند.

با توجه به تحقیقات تجربی صورت گرفته در مورد پیامدهای مثبت صبر در زندگی انسان‌ها و با توجه به تاکید دین اسلام و به ویژه قرآن در مورد صبر، ضرورت بررسی‌ها و انجام تحقیقات تجربی در این زمینه از اهمیت به سزایی برخوردار است. انجام بررسی‌های تجربی و عمیق در مورد صبر می‌تواند راه‌گشای طراحی برنامه‌های درمانی صبر در جهت ارتقای سلامت روان گردد. همچنین محققین پژوهش حاضر به تحقیقی که ارتباط میان صبر و سلامت روان را مورد بررسی مستقیم قرار داده باشند، دست نیافته‌اند. بنابراین هدف از این پژوهش بررسی نقش مولفه‌های صبر در پیش بینی سلامت روان دانشجویان بوده است.

مواد و روش‌ها

طرح تحقیق این پژوهش توصیفی- همبستگی است. متغیر پیش بینی کننده (پیش بین) در این پژوهش مولفه‌های صبر می‌باشد که شامل متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ می‌شود. همچنین متغیر پیش بینی شونده (ملاک) سلامت روان است. مولفه‌های سلامت روان شامل شکایت جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی می‌گردد. جامعه‌ی آماری این پژوهش کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه شیراز بود. از میان این افراد، تعداد ۳۰۰ نفر (۲۱۹ دختر و ۸۱ پسر) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش به قرار زیر بود:

الف- مقیاس صبر: مقیاس صبر به وسیله خرمائی، فرمانی و سلطانی (۲) با استناد به مؤلفه‌های قرآنی و روایتی صبر تهیه شده است. در این مقیاس عبارت‌هایی مثبت و منفی در قالب ۲۵ گویه، با نمره‌گذاری لیکرت آورده شده‌اند. برای تعیین روایی و پایایی این مقیاس، از روش تحلیل عاملی با استفاده از مؤلفه‌های اصلی همراه با چرخش واریماکس استفاده شده است. نتایج تحلیل عاملی وجود ۵ عامل (متعالی شدن، شکیبایی، رضایت، استقامت و درنگ) را مورد تأیید قرار داده که در این میان ضرایب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های متعالی شدن با ۸ گویه، ۰/۸۴، برای مؤلفه‌ی شکیبایی با ۷ گویه، ۰/۶۷، برای مؤلفه‌ی رضایت با ۴ گویه، ۰/۶۰، برای مؤلفه‌ی استقامت با ۳ گویه، ۰/۶۱ و برای مؤلفه‌ی درنگ با ۳ گویه، ۰/۶۸ محاسبه شده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ کل ۰/۸۶ به دست آمده است (۲).

ب- فرم کوتاه پرسشنامه سلامت عمومی: فرم کوتاه پرسشنامه سلامت عمومی دارای ۲۸ سوال است که توسط گلدبرگ و هیلر (۱۴) از طریق اجرای روش تحلیل عاملی بر روی فرم بلند آن ساخته شده است. سوال‌های این پرسشنامه به بررسی وضعیت روانی فرد در یک ماهه‌ی اخیر می‌پردازد و شامل نشانه‌هایی مانند افکار و احساسات نابهنجار و جنبه‌هایی از رفتار قابل مشاهده است که بر موقعیت اینجا و اکنون تاکید دارد. این ابزار دارای ۴ خرده آزمون است که هر کدام از آن‌ها دارای ۷ سوال می‌باشد. سوال‌های ۱ تا ۷ مربوط به خرده آزمون نشانه‌های جسمانی، از سوال ۸ تا ۱۴ مربوط به خرده آزمون اضطراب و بی خوابی، از سوال ۱۵ تا ۲۱ مربوط به خرده آزمون اختلال در کارکرد اجتماعی و از سوال ۲۲ تا ۲۸ مربوط به خرده آزمون افسردگی می‌باشد. در این پژوهش به منظور بررسی روایی این ابزار از روش تحلیل عاملی استفاده گردید. نتایج نشان دهنده‌ی استقلال ۴ عامل بود. همچنین ضریب آلفای کرونباخ کل آزمون ۰/۷۲ و ضرایب آلفای خرده مقیاس‌های علایم جسمانی، اضطراب و بی خوابی، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۶۸، ۰/۵۷ و ۰/۵۸ به دست آمد.

پس از انتخاب گروه نمونه، دو مقیاس مذکور بر روی آن‌ها اجرا شد. همچنین شرکت کلیه افراد گروه نمونه در پژوهش داوطلبانه بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش آمار توصیفی، از شاخص‌های میانگین، انحراف استاندارد و ضریب همبستگی پیرسون و در بخش آمار استنباطی از رگرسیون چند گانه همزمان برای پیش بینی مولفه‌های سلامت روان استفاده شده است.

نتایج

میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای مورد پژوهش در جدول ۱ آمده است. بر طبق نتایج این جدول، میان مولفه‌های صبر و مولفه‌های سلامت روان همبستگی منفی معنادار وجود داشت.

جدول ۱- میانگین‌ها (ستون ۱)، انحراف استانداردها (ستون ۲)، اعتبارها (قطر) و همبستگی‌های (زیر قطر) متغیرها

عوامل	M	SD	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱. متعالی شدن	۳/۶۰	۰/۶۰	۱								
۲. شکیبایی	۳	۰/۷۰	./۲۸**	۱							
۳. رضایت	۳/۲۰	۰/۶۰	./۴۹**	./۴۵**	۱						
۴. استقامت	۳/۵۰	۰/۷۰	./۳۵**	./۳۳**	./۴۶**	۱					
۵. درنگ	۳/۶۰	۰/۷۰	./۳۷**	./۲۲**	./۴۰**	./۳۶**	۱				
۶. شکایت جسمانی	۰/۸۰	۰/۵۵	-./۱۶**	-./۱۲**	-./۳۳**	-./۲۶**	-./۲۲**	۱			
۷. اضطراب	۰/۸۰	۰/۶۰	-./۲۳**	-./۲۵**	-./۳۹**	-./۳۱**	-./۲۹**	./۶۹**	۱		
۸. اختلال در کارکرد اجتماعی	۰/۰۲	۰/۴۰	-./۲۳**	-./۱۰	-./۲۳**	-./۴۲**	-./۱۲*	./۳۰**	./۳۰**	۱	
۹. افسردگی	۰/۶۰	۰/۶۵	-./۳۷**	-./۲۰**	-./۳۹**	-./۳۱**	-./۲۹**	./۵۸**	./۶۴**	./۴۹**	۱

P< 0.05 * P< 0.01

به منظور پیش بینی مولفه‌های سلامت روان براساس مولفه‌های صبر از روش تحلیل رگرسیون چندگانه‌ی هم‌زمان استفاده شده است. همان گونه که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، مولفه‌های رضایت و استقامت مولفه‌ی شکایت جسمانی را به صورت منفی پیش بینی کردند. در مجموع، این عوامل ۱۳ درصد از واریانس کل نمونه را تبیین نمودند.

جدول ۲- نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه‌ی هم‌زمان برای پیش بینی شکایت جسمانی براساس مولفه‌های صبر

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	B	t	Sig	R^2
شکایت جسمانی	متعالی شدن	./۰۴	۰/۵۸	./۵۶	./۱۳
	شکیبایی	./۰۵	۰/۸۸	./۳۷	
	رضایت	-./۲۷	-۳/۸۳	./۰۰۰۱	
	استقامت	-./۱۳	-۱/۹۹	./۰۴	
	درنگ	-./۰۹	-۱/۵۲	./۱۳	

بر طبق نتایج جدول ۳، مولفه‌های رضایت، استقامت و درنگ توانستند به طور منفی خرده مقیاس اضطراب و بی خوابی را پیش بینی کنند. میزان R^2 نشان می‌دهد که این عوامل ۱۹ درصد واریانس نمونه را تبیین کردند.

جدول ۳- نتایج تحلیل رگرسیون چند گانه‌ی هم‌زمان برای پیش بینی اضطراب و بی خوابی براساس مولفه‌های صبر

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	B	t	Sig	R^2
اضطراب	متعالی شدن	./۰۰۰۱	-۰/۰۰۵	./۹۹	./۱۹
	شکیبایی	-./۰۷	-۱/۱۸	./۲۳	
	رضایت	-./۲۵	-۳/۶۲	./۰۰۰۱	
	استقامت	-./۱۳	-۲/۰۹	./۰۴	
	درنگ	-./۱۲	-۲/۰۸	./۰۴	

همان گونه که نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد، استقامت توانست خرده مقیاس اختلال در کارکرد اجتماعی را به صورت منفی پیش بینی کند. در مجموع، این عامل ۲۰ درصد واریانس کل نمونه را تبیین نمود.

جدول ۴- نتایج تحلیل رگرسیون چند گانه‌ی هم‌زمان برای پیش بینی اختلال در کارکرد اجتماعی براساس مولفه‌های صبر

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	B	t	Sig	R^2
اختلال در کارکرد اجتماعی	متعالی شدن	-./۱۱	-۱/۸۶	./۰۶	./۲۰
	شکیبایی	-./۰۸	-۱/۳۴	./۱۸	
	رضایت	-./۰۵	-۰/۶۹	./۴۹	
	استقامت	-./۴۱	-۶/۷۰	./۰۰۰۱	
	درنگ	-./۰۷	-۱/۱۸	./۲۴	

بر طبق نتایج جدول ۵، مولفه‌های متعالی شدن، رضایت و استقامت توانستند به طور منفی خرده مقیاس اضطراب و بی خوابی را پیش بینی کنند. میزان R^2 نشان می‌دهد که این عوامل ۲۱ درصد واریانس نمونه را تبیین کردند.

جدول ۵- نتایج تحلیل رگرسیون چند گانه‌ی هم‌زمان برای پیش بینی افسردگی براساس مولفه‌های صبر

متغیر ملاک	متغیرهای پیش بین	B	t	Sig	R^2
افسردگی	متعالی شدن	-./۱۹	-۳/۱۱	./۰۰۲	./۲۱
	شکیبایی	-./۰۰۲	-۰/۰۳	./۹۷	
	رضایت	-./۲۰	-۲/۹۲	./۰۰۴	
	استقامت	-./۱۲	-۱/۹۳	./۰۵	
	درنگ	-./۱۰	-۱/۶۹	./۰۹	

بحث و نتیجه‌گیری

در قرآن کریم واژه‌ی صبر و مشتقات آن ۱۰۲ بار در ۹۳ آیه مطرح شده است و این مسئله گویای اهمیت صبر در زندگی انسان‌ها است. نتایج این پژوهش نیز نشان داد که صبر نقش مهمی در ارتقای سلامت روان دارد. بر طبق این نتایج، مولفه‌ی استقامت صبر پیش بینی کننده‌ی منفی و معنادار تمامی مولفه‌های سلامت روان بود. به عبارت دیگر، پایداری و ثبات در انجام امور و مداومت در کار و فعالیت با شکایت جسمانی، اضطراب و افسردگی کمتر و روابط اجتماعی بهتر با دیگران همراه است. بنابراین مقاومت و ثبات درونی افراد صبور موجب ارتقای سلامت روان آن‌ها می‌شود. مولفه‌ی رضایت صبر نیز پیش بینی کننده‌ی منفی و معنادار مولفه‌های شکایت جسمانی، اضطراب و افسردگی بود. به عبارت دیگر، هنگامی که کسی از زندگی خود رضایت نداشته باشد و دائم از کمبود امکانات شکایت کند با شکایات جسمانی، اضطراب و افسردگی روبه رو خواهد شد. از دیگر یافته‌های این پژوهش این بود که مولفه‌ی درنگ پیش بینی کننده‌ی منفی و معنادار اضطراب بود. توانایی خویشتن داری در افراد صبور با اضطراب و نگرانی‌های کمتر همراه می‌باشد. همچنین مولفه‌ی متعالی شدن پیش بینی کننده‌ی منفی و معنادار افسردگی بوده است. بر طبق این مولفه، افراد صبور سختی‌ها، مصایب و ناملایمات را در جهت رسیدن به قرب الهی و رشد معنوی تحمل می‌کنند و این ویژگی با افسردگی کمتر همراه خواهد بود. این یافته با تحقیق خرمائی و فرمانی (۷) همسو می‌باشد.

با توجه به نتایج پژوهش حاضر، به روان‌شناسان و مشاوران پیشنهاد می‌گردد که به منظور ارتقای سلامت روان از راه‌بردهای آموزشی صبر با تکیه بر پنج مولفه‌ی آن استفاده کنند.

تشکر و قدردانی

از کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه شیراز که با صبر و شکیبایی خویش با این پژوهش همکاری کردند، کمال تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References

1. Khormaei F, Farmani A. Investigating the role of the Big Five personality factors in predicting patience and its components among university students. J Clin Psychol Personal. In press. [Article in Persian]
2. Khormaei F, Farmani A, Soltani E. The Patience Scale: Instrument development and estimates of psychometric properties. Educ Meas. 2014; 5 (17): 50- 67. [Article in Persian]
3. ShokoofehFard S, Khormaei F. An inquiry into the predictive role of components of patience in students' aggressive behavior Psycholog Relig. 2012; 5(2):99- 112. [Article in Persian]
4. Izadi Tame A, Borjali A, Delavar A, Eskandari H. Effects of patience and problem solving training on aggressiveness and selecting contrastive strategies in police university students. Danesh-e-Entezami 2010; 11 (3): 182-207. [Article in Persian]
5. Hossein- Sabet F. Effectiveness of patience training in anxiety, depression and happiness. Stud Islamic Psychol. 2008; 1(2):79- 92. [Article in Persian]
6. Schnitker SA. An examination of patience and well-being (Doctoral dissertation). Davis, CA: University of California.; 2010.
7. Khormaei F, Farmani A. Patience and the role of its components in predicting hopelessness among university students. University students' mental health conference; Isfahan 2014. [Article in Persian]
8. Khormaei F, Farmani, A, Soltani E. Investigating the prediction role of patience as a moral construct and personality characteristics in the hopelessness of university students. Med Ethics 2014; 7 (28): 167- 199. . [Article in Persian]
9. Khormaei F, Zareie F, Mahdiyar M, Farmani A. The role of patience and its components as moral constructs in predicting hope among university students. J Med Ethics Hist Med. 2014; 7(3):58- 68. [Article in Persian]

10. Ghobari Bonab B, Khodayarifard M. The relationships between God, anxiety, patience and hope in adverse conditions. The first international Conference on Religion and Mental Health. Tehran, Iran: Iran Medical Sciences University; 2000. [Article in Persian]
11. Farmani A, Khormaei F, Dokuhaki N. Investigating the role of patience and its components in predicting marital satisfaction among parents of elementary school students in Shiraz. The 6th National Congress on Family Pathology. Tehran, Iran: Shahid Beheshti University; 2014. [Article in Persian]
12. Keyhanfar R. Investigating relationships between patience and coping strategies among Shiraz University students (M. A. thesis). Shiraz: Shiraz University; 2010. [In Persian]
13. Haghjoo S. Prediction of suicide thoughts on the basis of patience components and emotional regulation (M. A. thesis). Shiraz: Shiraz University; 2013. [In Persian]
14. Goldberg DP, Hillier VF. A scaled version of the General Health Questionnaire. Psychol Med. 1979;9(1):139-45.

بررسی تاثیر جهت گیری مذهبی بر تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی در بین دانشجویان و طلاب علوم دینی

حمیدرضا ایمانی فر، محمود شرفی[1*]، برزو امیر پور

دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: مذهب می‌تواند به عنوان یک اصل وحدت بخش و یک نیروی عظیم برای سلامت جسمی و روانی مفید و کمک کننده باشد. هدف از این تحقیق نیز بررسی تاثیر جهت گیری مذهبی بر تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی در بین دانشجویان و طلاب حوزه علمیه بود.

مواد و روش‌ها: در این تحقیق علی- مقایسه‌ای،۱۰۰ دانشجوی پسردانشگاه پیام نور و ۱۰۰ طلبه مشغول به تحصل در شهرستان شیراز به روش در دسترس انتخاب گردیدند

نتایج: نتایج رگرسیون چند متغیره نشان داد که جهت گیری مذهبی به طور مثبت و معنادار می‌تواند تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی را پیش بینی نمایند و عدم سازمان یافتگی مذهبی نیز به طور منفی و معنا دار توانستند تاب آوری را پیش بینی نماید. همچنین نتایج دیگر تحقیق نشان داد که شرکت کنندگان طلبه به طور معنا داری در کلیه متغیرهای تحقیق شامل جهت گیری مذهبی، سرسختی روان‌شناختی، تاب آوری نمراتی بالاتر از گروه دانشجویان به دست آوردند.

نتیجه‌گیری: جهت گیری مذهبی می‌تواند سرسختی روان‌شناختی و میزان تاب آوری را به طور مثبت پیش بینی نماید و طلاب حوزه علمیه نیز به طور معناداری نمرات بالاتری در متغیرهای تحقیق به دست آوردند.

کلمات کلیدی: **جهت گیری مذهبی، تاب آوری، سرسختی روان‌شناختی، طلاب علوم دینی، دانشجویان.**

***نویسنده مسئول: محمود شرفی**، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. Email: sharafi.dr@gmail.com

مقدمه

نیاز انسان به دین قدمتی به عمر تاریخ دارد، زیرا بشر از همان آغاز زندگی خود به حامی مقتدر و تکیه گاهی نیرومند احساس نیاز می‌کرده است. موضوع دین مورد بحث محققان پیشگامی همچون جیمز (۱۹۲۹) فروید (۱۹۰۷)، یونگ (۱۹۶۱-۱۸۷۵) و دیگران بوده و سپس از آن اندیشمندانی نظیر آلپورت (۱) به تبیین مذهب پرداخته‌اند.

آلپورت(۱)، مذهب را یکی از عوامل بالقوه مهم برای سلامت روان می‌داند. مذهب می‌تواند به عنوان یک اصل وحدت بخش و یک نیروی عظیم برای سلامت روان مفید و کمک کننده باشد. از دیدگاه آلپورت جهت گیری مذهبی به دو صورت درونی و بیرونی می‌باشد. در جهت گیری مذهبی درونی، ایمان به خودی خود به عنوان یک ارزش متعالی نه به خاطر چیزی تلقی می‌گردد و یک تعهد انگیزش فراگیر نه وسیله‌ای برای دستیابی به اهداف در نظر گرفته می‌شود. همچنین آلپورت (۱) مذهب درونی را وسیله‌ای برای انتقال ترس یا تحقق آرزو نیست بلکه تجربه کاملی است که پذیرای استدلال علمی و هیجانی است. این روی آوری به مذهب، طبق نظر آلپورت بسیار سالم می‌باشد و موجب سلامت روانی می‌شود (۲). اما در جهت گیری مذهبی بیرونی، مذهب امری خارجی و ابزاری برای ارضای نیازهای فردی از قبیل مقام و امنیت مورد استفاده قرار می‌گیرد، به عبارت دیگر دینداری برای کسب امنیت و پایگاه اجتماعی است و افرادی که چنین جهت گیری دارند از دین به عنوان وسیله برای رسیدن به حاجات خود استفاده می‌کنند (۱). مذهب بیرونی تجربه‌ای حقیقی و

پایدار نیست و به منزله دفاعی در مقابل واقعیت است یعنی دارنده این نوع مذهب، از آن به عنوان یک مکانیزم دفاعی استفاده می‌کند. بنابراین آلپورت مانند فروید این جنبه از مذهب را «روان آرزدگی» نامید.

اسپیلکا و همکاران (۳، ۴) مذهب را به عنوان یک نظام مرجع برای تفسیر وقایع زندگی مورد بحث و بررسی قرار می‌دهند. مذهب به عنوان یک نظام با معنی تصور می‌شود که افراد از آن برای کمک به فهم مسایل جهانی، پیش بینی و مهار وقایع و حفظ حرمت خود استفاده می‌کنند. نیومن و پارگانت (۵) نقش‌های روان‌شناختی مهم و بی شمار مذهب را در کمک به مردم برای درک و کنار آمدن با وقایع زندگی به کار می‌روند توصیف نموده است. مذهب می‌تواند در ایجاد احساس امید، احساس صمیمت با دیگران، آرامش هیجانی، فرصت خودشکوفایی، احساس راحتی، مهارتکانه، نزدیکی با خدا و کمک به حل مشکل موثر باشد.

فرام (۶) نیاز به یک چارچوب جهت گیری و یک شی مورد تقدس را یکی از نیازهای روان‌شناختی انسان می‌داند و در این زمینه می‌گوید نیاز به دین یعنی نیاز به یک الگوی جهت گیری و مرجعی برای اعتقاد و ایمان، هیچ کس را نمی‌توان یافت که فاقد این نیاز باشد. او تمایزی بین مذاهب «قدرت مدار» و مذهب «انسان مدار» قائل است. در مذاهب قدرت مدار انسان تحت مهار خداوندی قدرتمند است و پرستش خدا به دلیل قدرت و تسلط وی بر انسان است در حالی که در مذاهب انسان مدار، خود انسان و توانایی او محور اصلی است، خدا قدرت مطلق هست، اما نه در تقابل با قدرت انسان، بلکه در جهت نفی سلطه الهه‌های کاذب (۶). واتسن و همکاران (۷) عقیده داشتند که جهت گیری مذهبی ممکن است به عنوان یک الگوی تجربی مفید برای کشف این که چگونه دینداری خالص و کمتر خالص می‌تواند با شخصیت و سلامت روان ارتباط داشته باشد، مفید باشند. شخصیت ممکن است یک عامل کلی در توسعه انواع جهت گیری مذهبی باشد (۸).

علیرغم این حقیقت که بیشتر مذاهب ادعای حقانیت دارند، خود مذهب از نظر روان‌شناسان یک عامل انگیزشی است. از نظر اسپیرو (۹) مذهب بر مبنای نیازهایی است که روش‌های دیگر از ارضای این نیازها ناتوان هستند و از طریق فعالیت مذهبی ارضا می‌گردند. گورساچ (۱۰)، با پذیرفتن این که مذهب یک متغیر مهم در زندگی افراد است، می‌توان گفت نفوذ باورها، نگرش‌ها، رفتارها و ویژگی‌های ارزشی درونی افراد مذهبی در حوزه زندگی آن‌ها، باید جزئی از تحلیل روان‌شناختی باشد. به گفته گورساچ (۱۰)، آگاهی درباره مذهب به اندازه سایر ضمایم پایگاه اطلاعاتی روان‌شناختی، ارزشمند است و نیازی نیست که اهمیت مذهب را در زندگی افراد نشان داد.

همچنین در سال‌های اخیر تحقیقات زیادی پیرامون مذهب و نقش آن در زندگی صورت گرفته است و اقبال روزافزون نسبت به این موضوع در سطح دنیا نشان دهنده اهمیت مذهب در فرآیندهای روانی است. پژوهش‌های اخیر در حوزه روان‌شناسی مذهب، شواهد روزافزونی از رابطه بین سلامت روانی و بهزیستی روان‌شناختی با مذهب را آشکار ساخته است (۱۱). افزون بر این اشبی و هافمن (۱۲) در تحقیقی ارتباط بین دینداری و کمال گرایی چند بعدی را مورد بررسی قرار دادند و به این نتیجه دست یافتند که دانش آموزانی با جهت گیری مذهبی بیشتر در بعد سازگاری کمال گرا بوده‌اند در حالی که این امر برای افراد کمتر مذهبی صادق نیست. جمع بندی تحقیقات نشان داده‌اند که دانشجویان مذهبی اغلب در دامنه بهنجار مقیاس اضطراب و افسردگی، مفهوم خود، باورهای غیر منطقی و سایر اندازه‌های عینی ارزشیابی شخصیت و سلامت روانی قرار می‌گیرند. این یافته‌ها و تحقیقات دیگری که از دهه۸۰ به بعد انجام شد نشان داده‌اند که اعتقاد مذهبی عملا در خدمت سلامت روانی هستند (۱۳). شواهد پژوهشی به صورت روز افزون از این موضوع حمایت می‌کنند.

وفایی بور (۱۴) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که دبیران دارای جهت گیری مذهبی درونی تنیدگی شغلی کمتری نسبت به دبیران دارای جهت گیری مذهبی بیرونی دارند. همچنین مختاری (۱۵) در بررسی جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی با میزان تنیدگی در دانشجویان به این یافته نائل گردید که دانشجویان با جهت گیری مذهبی درونی نسبت به دانشجویان با جهت گیری مذهبی بیرونی تنیدگی کمتری را تجربه می‌کنند. بنابراین جهت گیری مذهبی به عنوان تعدیل گر عمل می‌کند. نتایج بررسی بهرامی احسان (۱۳) نشان می‌دهد که بین جهت گیری مذهبی و اضطراب رابطه معکوس و بین جهت گیری مذهبی و حرمت خود رابطه مستقیم و مثبت وجود دارد. همچنین نتایج بررسی خداپناهی و همکاران (۲) نشان می‌دهد که بین جهت گیری مذهبی و سازگاری رابطه معنادار است.

با این که در سازگاری هیجانی و تندرستی بین دختران و پسران تفاوت وجود دارد ولی در سازگاری اجتماعی تفاوت بر اساس جنس معنی دار نیست. همچنین در مورد مقایسه سازگاری در افراد با جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی نتایج بیانگر آنست که افراد با جهت گیری درونی از نظر سازگاری کلی، اجتماعی، هیجانی و تندرستی نسبت به افراد با جهت گیری مذهبی بیرونی وضعیت مناسب تری دارند.

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون گام به گام (۱۶) نشان داد که جهت گیری مذهبی هم از نوع درونی و هم از نوع بیرونی آن قابلیت پیش بینی بهزیستی روان‌شناختی را دارد. این نتایج را این طور می‌توان تبیین کرد هر چه میزان جهت گیری مذهبی جوانان درونی تر باشد، بهزیستی روان شناختی آن‌ها بیشتر خواهد بود و هرچه میزان جهت گیری مذهبی جوانان بیرونی تر باشد، بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها کمتر خواهد بود. از سوی دیگر، جهت گیری مذهبی قابلیت پیش بینی بهزیستی روان‌شناختی را دارد.

نتایج تحقیقات قادری و مصطفایی (۱۷) نشان داد که در دانشجویان پسر رابطه بین سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهد هویت با جهت گیری مذهبی درونی مثبت و معنادار بود و در دانشجویان دختر رابطه بین سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهد هویت با جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی مثبت و معنادار بود، همچنین در این گروه بین سبک هویتی اجتنابی با جهت گیری مذهبی برونی رابطه منفی و معنادار به دست آمد، دانشجویان دختر در جهت گیری‌های مذهبی درونی و برونی و سبک هویت هنجاری و اطلاعاتی به طور معناداری نمرات بیشتری نسبت به دانشجویان پسر کسب کردند.

نتایج به دست آمده از پژوهش منصور نژاد و کجباف (۱۸) نشان داد که بین جنسیت و اضطراب مرگ رابطه معنی داری وجود دارد. همچنین، نتایج تحلیل واریانس نشان داد که دانشجویان با جهت گیری مذهبی درونی نسبت به دانشجویان با جهت گیری مذهبی بیرونی، دارای اضطراب مرگ پایین تر و دانشجویان زن نسبت به مرد دارای اضطراب مرگ بالاتری بودند. با توجه به نقش جهت گیری مذهبی درونی در کاهش اضطراب مرگ، می‌توان از آن به عنوان یک عامل مهم؛ با تقویت و افزایش آن؛ و همچنین آموزش جهت گیری مذهبی به منظور کاهش اضطراب مرگ در بین دانشجویان بهره برداری نمود.

تحقیقات نشان دادند که بین جهت گیری مذهبی و سازگاری زناشویی رابطه وجود دارد. سازگاری زناشویی با مذهب گرایی، همبستگی مثبت و با سازمان نایافتگی مذهبی، همبستگی منفی دارد. بین عمل به باورهای دینی و سازگاری زناشویی در هر دو گروه رابطه وجود دارد. همبستگی عمل به باورهای مذهبی با سازگاری زناشویی، بیشتر از همبستگی جهت گیری مذهبی با سازگاری زناشویی است. طلاب نسبت به دانشجویان از جهت گیری مذهبی، عمل به باورهای دینی و سازگاری زناشویی بالاتری برخوردارند و این سازگاری به دلیل داشتن توافق و ابراز محبت بالاتر از گروه دانشجویان نیست، بلکه به دلیل رضایتمندی زناشویی بیشتر است. در نتیجه افراد مذهبی به دلیل باورهای مذهبی از رضایتمندی زناشویی و سازگاری بالاتری برخوردار هستند. هم چنین اعمال و باورهای مذهبی در افزایش رضایتمندی و سازگاری زناشویی، فرایند حل تعارض و گذشت و بخشندگی تاثیر دارند. همبستگی مثبت عمل به باورهای مذهبی، از طریق باورهای ضد طلاق و باور به این که خدا حامی پیوند زناشویی است توجیه می‌شود (۱۹).

یافته‌های برجعلی و همکاران (۲۰)، حاکی از این است که بین جهت گیری مذهبی با هویت فردی، رابطه‌ای معنادار و مثبت وجود دارد ($p<0.0005$). برطبق نتایج این پژوهش، ۲۳/۹ درصد هویت فردی، بر اساس جهت گیری مذهبی قابل تبیین است. به گونه‌ای که هم زیر مقیاس اخلاق و هم زیر مقیاس عقاید و مناسک پیش بینی کننده‌های معنی داری در تعیین هویت فردی به شمار می‌آیند. علاوه بر این، نتایج حاصل تفاوت معناداری را در جهت گیری مذهبی و هویت فردی بین دختران و پسران نشان داد، دختران نمرات بالاتری را نسبت به پسران در مقیاس جهت گیری مذهبی داشتند. همچنین، دختران در مقایسه با پسران هویت فردی شکل یافته تری را نشان دادند. همچنین نتایج تحقیق خلیلی فر و همکاران (۲۱) نیز نشان داد که در مجموع ۴۱٪ از واریانس معنای زندگی توسط جهت گیری مذهبی همانندسازی شده و سبک فرزندپروری والدین قابل پیش بینی است. بنابراین نتایج به دست آمده نشان داد که جهت گیری مذهبی نقش واسطه گری معنادار برای سبک فرزندپروری و معنای زندگی دانش آموزان پایه سوم دبیرستان بازی می‌کند. همچنین یافته‌های پژوهش نشان داده است که میان جهت گیری مذهبی بیرونی و وفاداری سازمانی رابطه معنادار معکوسی وجود دارد. میان

جهت گیری مذهبی درونی و وفاداری سازمانی نیز رابطه معناداری مشاهده شد که این رابطه مستقیم است. بر اساس سایر یافته‌ها، شاخص‌هایی که بیشترین میانگین را به دست آورده‌اند، در جهت گیری مذهبی بیرونی، «نماز خواندن به خاطر کسب حمایت و آرامش»، در جهت گیری مذهبی درونی، «حس کردن حضور خداوند در زندگی» و در وفاداری سازمانی، «خواسته درونی برای ادامه همکاری با کتابخانه» بود (۲۲).

در مورد تاب آوری به عنوان یکی از ویژگی‌های شخصیتی که می‌تواند با جهت گیری مذهبی ارتباط داشته باشد، بونانو، کارلی و پیسون، تاب آوری (Resiliency) را میزان توانایی فرد در تطابق با شرایط ناگوار و مقاومت در برابر استرس تعریف کرده‌اند و با رشد مثبت، انطباق پذیری و رسیدن به سطحی از تعامل پس از به وجود آمدن اختلال در وضعیت تعادلی پیشین، مطابقت می‌کند (۲۳، ۲۴). بونانو همچنین مدل‌هایی از تاب آوری را تحت شرایط فقدان، مصیبت، افسردگی و درد بررسی کرده‌اند. نتایج هماهنگ این پژوهش‌ها موید تاثیرات مثبت، سازنده و محافظت کننده تاب آوری در مقاومت و مقابله موفق و انطباق رشد یافته با شرایط خطیر و استرس زا است. بر عکس سطوح پایین و ضعیف تاب آوری با آسیب پذیری و اختلالات روان‌شناختی مرتبط است (۲۴). افراد می‌توانند تحت آموزش قرار گیرند تا ظرفیت تاب آوری خود را به وسیله آموختن برخی مهارت‌ها افزایش دهند و می‌توانند عکس العمل افراد در مقابل استرس، رویدادهای ناخوشایند و دشواری‌ها را تغییر دهند. به طوری که بتوانند بر مشکلات منفی محیطی غلبه کنند (۲۵). بین اضطراب و افسردگی با تاب آوری رابطه معنی داری وجود دارد. هرچه تاب آوری فردی بالاتر باشد، اضطراب و افسردگی در آن‌ها پایین تر است (۲۶).

سرسختی روان‌شناختی نیز به عنوان یکی از ویژگی‌های شخصیتی تعدیل کننده استرس مطرح می‌شود (۲۷)که به معنای طاقت، توانایی و تحمل در موقعیت‌های مشکل و سخت است (۲۸). سرسختی در واقع به عملکرد فرد بر اساس ارزیابی شناختی اشاره داشته (۲۹) و شامل سه مولفه تعهد، کنترل و مبارزه جویی است. شخصی که از تعهد بالایی (نقطه مقابل بیگانگی) برخوردار است، به اهمیت ارزش و معنای این که چه کسی هست و چه فعالیت‌هایی انجام می‌دهد، پی برده است. افرادی که در مولفه کنترل (نقطه مقابل ناتوانی) قوی هستند، رویدادهای زندگی را قابل پیش بینی و کنترل می‌دانند و بر این باورند که قادرند با تلاش، آنچه را که در اطراف شان رخ می‌دهد، تحت تاثیر قرار دهند. مبارزه جویی (نقطه مقابل احساس خطر یا ترس) نیز باور به این موضوع دارد که تغییر و نه ثبات و امنیت، جنبه طبیعی زندگی است. نتایج پژوهش سوبرامانیان و همکاران (۳۰) حاکی از آن است که سرسختی روان‌شناختی، موجب احساس عزت نفس بیشتر در افراد شده و در نهایت، مقاومت آنان را در برابر فشارهای روانی، افزایش می‌دهد. همچنین سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی ارتباط معکوس دارد.

تفاوت‌های مشهودی بین صفات شخصیت افراد با ایمان و بی ایمان وجود دارد (۳۱). پاسخهای افراد به پرسشنامه‌های شخصیتی، تحت تاثیر ویژگی‌های مذهبی افراد است (۳۲). به عنوان نمونه شادکامی با نگرش مثبت نسبت به کلیسا ارتباط مثبت دارد. فرانسیس و همکاران ۱۹۹۷، مکدوگال ۱۹۹۹، کوسک ۱۹۹۹ و مکدونالد ۲۰۰۰، دریافتند که دلپذیر بودن و با وجدان بودن ارتباط مثبتی با مذهبی بودن و جهت گیری درون مذهبی دارد (۳۱). این نتایجی عجیب نیست، زیرا قبلا نیز ارتباط‌های قوی بین مقیاس روانپریشی آیزنگ و مذهبی بودن یافت شده بود (آیزنگ ۱۹۸۵، آیزنگ ۱۹۹۷، فرانسیس ۱۹۹۷، فلیپچالک و همکار ۱۹۹۵، لویس و همکار ۱۹۹۵، وایل و همکار ۱۹۹۵ به نقل از ۳۱)، توجه داشته باشید که مقیاس روانپریشی آیزنگ، همان ترکیب با وجدان بودن و دلپذیر بودن است (۳۳). مشارکت مذهبی با همکاری در موسسات خیریه (۳۴)، شرکت در انتخابات (۳۵)، سطح پایین رفتارهای پرخطر (۳۶)، سلامتی بهتر (۳۷)، در ارتباط بوده است.

هدف از این تحقیق بررسی تاثیر جهت گیری مذهبی بر تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی در بین دانشجویان و طلاب علوم دینی می‌باشد. آیا جهت گیری مذهبی افراد بر میزان تاب آوری و سرسختی تاثیر دارد؟ و آیا طلاب علوم دینی و دانشجویان در متغیرهای فوق با یکدیگر تفاوت معنی داری دارند؟ این تحقیق تلاش می‌کند که به این سئوالات پاسخ دهد.

مواد و روش‌ها

جامعه آماری در این تحقیق علی- مقایسه‌ای کلیه دانشجویان پسر دانشگاه پیام نور و طلاب پسر شاغل به تحصیل در شهرستان شیراز بود. ۱۰۰ طلبه و ۱۰۰ دانشجو به روش در دسترس به عنوان نمونه پژوهش انتخاب گردیدند.

ابزار پژوهش

پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی اهواز (AHI): پرسشنامه سرسختی اهواز (۳۸) با هدف تهیه مقیاسی برای سنجش «سرسختی روان‌شناختی» با تحلیل عوامل بر روی نمونه‌ای به حجم ۵۲۳ دانشجوی دختر و پسر در دانشگاه شهید چمران اهواز ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۲۰ پرسش چهار گزینه‌ای؛ هرگز (۰)، به ندرت (۱)، گاهی اوقات (۲) و اغلب اوقات (۳) است. برای سنجش همسانی درونی پرسشنامه سرسختی اهواز، ضریب آلفای کرونباخ به کار برده شد و بر پایه یافته‌های حاصل ضرایب آلفا برای کل نمونه، آزمودنی‌های پسر و آزمودنی‌های دختر به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۶ و ۰/۷۴ به دست آمد. برای سنجش پایایی «مقیاس سرسختی اهواز» این آزمون دوباره پس از شش هفته به ۱۱۹ دانشجو (۵۳ پسر و ۶۶ دختر) ارائه شد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت یعنی پیش آزمون و پس آزمون دوباره برای کل آزمودنی‌ها ۰/۸۴، آزمودنی‌های پسر ۰/۸۴ و آزمودنی‌های دختر ۰/۸۵ به دست آمد. برای بررسی روایی پرسش نامه سرسختی اهواز، این پرسشنامه به طور هم‌زمان با چهار پرسشنامه ملاک مقیاس خودشکوفایی مزلو، مقیاس اعتبار سازه‌ای سرسختی، مقیاس افسردگی اهواز و پرسشنامه اضطراب به گروه‌هایی از دانشجویان داده شد. ضرایب همبستگی بین نمره‌های کل آزمودنی‌ها در مقیاس سرسختی و اضطراب برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۰/۵۵-، ۰/۷۰- و ۰/۴۴- به دست آمد. این ضرایب بیانگر همبستگی منفی معنی دار بین سرسختی و اضطراب هستند. ضرایب همبستگی بین نمره‌های کل آزمودنی‌ها در مقیاس سرسختی و افسردگی برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و پسر به ترتیب ۰/۶۲-، ۰/۷۱ و ۰/۵۷ بود. ضریب‌های همبستگی بین نمره‌های کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و پسر در مقیاس خودشکوفایی با مقیاس سرسختی اهواز به ترتیب ۰/۵۵، ۰/۶۵ و ۰/۴۵ بود. نتایج آزمون‌های همبستگی پیرسون بین نمره‌های آزمودنی‌ها در مقیاس اعتبار سازه‌ای سرسختی و مقیاس سرسختی اهواز نشان داد که ضریب‌های همبستگی از نظر آماری معنی دار هستند و این ضریب‌ها به ترتیب برای کل آزمودنی‌ها، آزمودنی‌های دختر و پسر ۰/۵۱، ۰/۶۱ و ۰/۴۶ بودند.

مقیاس تاب آوری کانر- دیویدسون: که یک مقیاس ۲۵ سئوالی در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (صفر تا چهار) است. حداقل نمره در این مقیاس، صفر و حداکثر ۱۰۰ می‌باشد. کانر-دیویدسون، پایایی و روایی آن را تایید کرده‌اند. همسانی درونی، پایایی بازآزمایی و روایی همگرا و واگرای مقیاس، کافی گزارش شده‌اند و گرچه نتایج تحلیل عاملی اکتشافی وجود پنج عامل (شایستگی/استحکام شخصیف اعتماد به غرایز شخصی/ تحمل عواطف منفی، پذیرش مثبت عواطف/روابط ایمن، مهار، معنویت) را برای مقیاس تاب آوری تایید کرده است، چون پایایی و روایی زیرمقیاس‌ها هنوز به طور قطع تایید نشده‌اند، در حال حاضر فقط نمره کلی تاب آوری برای هدف‌های پژوهشی معتبر محسوب می‌شود. پایایی و روایی فرم فارسی مقیاس تاب آوری نیز در مطالعات مقدماتی نمونه‌های بهنجار و بیمار مورد بررسی قرار گرفته است (۳۹). میزان شاخص آلفای کرونباخ در این پژوهش به میزان ۰/۸۶ بیان کننده پایایی پرسش نامه می‌باشد. اعتبار این سازه در ایران توسط بشارت، تایید شده است. همچنین مشعل پور از طریق همبسته نمودن آن با مقیاس سرسختی روان شناسی اهواز با محاسبه ضریب همبستگی ۰/۶۴، نشان داده که این سازه از اعتبار بالایی در سطح معنی داری ۰/۰۰۰۱ می‌باشد (۴۰).

مقیاس جهت گیری مذهبی: این مقیاس توسط بهرامی در سال ۱۳۷۸ طراحی شده و دارای ۴۵ سوال است که دو عامل اساسی را متمایز می‌سازد. عامل نخست، جهت گیری مذهبی مبتنی بر سازمان یافتگی مذهبی است که منعکس کننده استقرار نسبی رابطه فرد با مذهب است و موضوع‌هایی نظیر اعتقاد به خداوند و روز جزا، اعتقاد به وظیفه و تلاش برای سازندگی، اعتقاد به خدمت به مردم و اعتقاد به یاری خداوند در روزهای سخت را در بردارد. عامل دوم، عدم سازمان یافتگی مذهبی را منعکس می‌سازد و عاملی منفی در

جهت گیری مذهبی است. این عامل فقدان مهار خود در مواجهه با گناه، عدم اعتقاد به خدمت به مردم و وظیفه انسانی، ناشکیبایی در برابر نتیجه کار و تمایل به کسب فوری نتیجه، فقدان مراقبت از افکار و اعمال، خودخواهی و فقدان توجه به حقوق دیگران، نادیده گرفتن حریم‌ها برای تحقق اهداف شخصی و نارضایتی از زندگی را در بر می‌گیرد. چارچوب اساسی این پرسشنامه مرجعیت بخشیدن به ساختار روابط و مناسبات انسان در تمام ابعاد آن در پرتو رابطه انسان و خداست (۴۱). نمره بالا در این عامل نشان دهنده آن است که فرد هنوز موفق به ایجاد رابطه‌ای پایدار با مذهب نشده است. این آزمون با استفاده از یک الگوی منسوب به امام صادق (ع) که انواع حقوق و وظایف انسان را تعریف می‌کند، طراحی شده است. پایایی این آزمون بین ۰/۸۵ تا ۰/۹۳ است. روایی آن با تاکید بر روایی سازه و محتوا بررسی شده و این نوع روایی تامین شده است (۱۹).

نتایج

نتایج توصیفی متغیرهای تحقیق برای کل شرکت کنندگان (۲۰۰ نفر) جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱- نتایج آمار توصیفی در کل شرکت کنندگان

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
جهت گیری مذهبی	۶۷/۹۲	۱۱/۹۳۷
سرسختی	۴۷/۹۰	۵/۴۷۶
تاب آوری	۷۱/۷۸	۱۲/۵۳۸
بی جهتی	۹۰/۵۳	۱۳/۱۰۸

جدول ۲- مکانیسم تاثیر گذاری متغیرهای مستقل بر تاب آوری و سرسختی

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	B	Beta	t	R	R2	Sig.
سرسختی روان‌شناختی	جهت گیری مذهبی	۰/۱۳۰	۰/۲۸۴	۳/۴۷۸	۰/۵۹۸	۰/۳۵۷	۰/۰۰۱
تاب آوری	جهت گیری مذهبی	۰/۱۵۲	۰/۳۱۵	۴/۰۱۷	۰/۵۹۸	۰/۳۵۷	۰/۰۰۱
	عدم سازمان یافتگی مذهبی	-۰/۱۴۸	-۰/۱۵۴	-۲/۳۴۹	۰/۶۸۱	۰/۴۸۴	۰/۰۲

برای پاسخ به این سئوال که آیا جهت گیری مذهبی (با دو خرده مقیاس جهت گیری مذهبی و عدم سازمان نیافتگی مذهبی) می‌تواند تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی را پیش بینی نماید؟ نتایج رگرسیون همزمان (جدول ۲) نشان داد که عدم سازمان یافتگی مذهبی ($p<۰/۰۲$) به طور منفی و معنا دار توانستند تاب آوری را پیش بینی نماید. همچنین جهت گیری مذهبی ($p<۰/۰۰۱$) نیز به طور مثبت و معناداری توانستند سرسختی روان‌شناختی و تاب آوری را پیش بینی نماید.

جدول ۳- نتایج تی تست در دو گروه طلبه و دانشجو در بین متغیرهای تحقیق

متغیرها	گروه‌ها	تعداد	میانگین	S.D	t	Sig.
جهت گیری مذهبی	طلبه	۱۰۰	۷۱/۸۵	۹/۴۳۰	۴/۸۵۲	۰/۰۱
	دانشجو	۱۰۰	۶۴/۰۵	۱۲/۹۵۴		
عدم سازمان یافتگی مذهبی	طلبه	۱۰۰	۸۶/۲۰	۹/۸۶۱	-۴/۸۱۸	۰/۰۱
	دانشجو	۱۰۰	۹۴/۶۲	۱۴/۳۸۶		
تاب آوری	طلبه	۱۰۰	۷۷/۵۵	۷/۰۴۶	۵/۳۹۷	۰/۰۱
	دانشجو	۱۰۰	۶۵/۸۷	۱۴/۱۱۷		
سرسختی روان‌شناختی	طلبه	۱۰۰	۴۹/۹۰	۴/۷۷۷	۳/۵۲۱	۰/۰۱
	دانشجو	۱۰۰	۴۵/۸۹	۵/۴۴۷		

برای پاسخ به این سئوال که بین دو گروه دانشجو و طلبه در متغیرهای تحقیق وجود دارد؟ نتایج تی تست برای گروه‌های مستقل نشان داد که شرکت کنندگان طلبه در تمام متغیرهای تحقیق به طور معنا دار ($p<۰/۰۱$) از گروه دانشجویان نمرات بالاتری را بدست آورده‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج رگرسیون چند متغیره (جدول ۲) نشان داد که جهت گیری مذهبی به طور مثبت و معنادار ($p<۰/۰۰۱$) تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی را پیش بینی نمود و عدم سازمان یافتگی مذهبی ($p<۰/۰۲$) به طور منفی و معنا دار توانستند تاب آوری را پیش بینی نماید. همچنین نتایج دیگر تحقیق نشان داد که شرکت کنندگان طلبه به طور معنا داری در کلیه متغیرهای تحقیق شامل جهت گیری مذهبی، سرسختی روان‌شناختی، تاب آوری ($p<۰/۰۰۱$) نمراتی بالاتر از گروه دانشجویان به دست آوردند. نتایج تحقیق به طور خلاصه بیان می‌دارد که نگرش مذهبی می‌تواند سرسختی روان‌شناختی و میزان تاب آوری فرد را به طور مثبت پیش بینی نماید و همچنین محصلان طلبه که در پرسشنامه‌های نگرش مذهبی نمرات بالاتری به دست آوردند از میزان تاب آوری و سرسختی روان‌شناختی بالاتری نیز برخوردار هستند. در مورد این نتایج تحقیق به چند نکته اشاره می‌شود.

نکته اول: تحقیقات گذشته نیز از ارتباط مثبت تاب آوری و دینداری گزارش داده‌اند (۴۲). همچنین بین سرسختی روان‌شناختی و دینداری در بین دختران بسیجی و غیر بسیجی نیز ارتباط مثبت و معناداری مشاهده شده است (۱۹). این یافته‌ها در کنار تحقیقات مربوط به مذهب، مانند ارتباط جهت گیری مذهبی درونی و تنیدگی شغلی (۱۴)، جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی با میزان تنیدگی در دانشجویان (۱۵)، جهت گیری مذهبی و اضطراب (بهرامی احسان،۱۳۸۱)، جهت گیری مذهبی و بهزیستی روان‌شناختی (۱۶)، جهت گیری مذهبی درونی و سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهد هویت (۱۷)، جهت گیری مذهبی و سازگاری زناشویی (۱۹)، جهت گیری مذهبی و هویت فردی (۲۰)، جهت گیری مذهبی درونی و اضطراب مرگ (۱۸)، جهت گیری مذهبی و وفاداری سازمانی (۲۲)،

رضایت از زندگی (۴۳) و شادکامی (۴۴)، همسو با نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که جهت گیری مذهبی در بهزیستی روان‌شناختی افراد موثر است.

نکته دوم: با توجه به جدول ۳ طلاب از نگرش مذهبی بالاتری نسبت به دانشجویان برخوردارند که این یافته با پژوهش آذربایجانی (۴۵)، رسولی و سلطانی گرد فرامرز (۱۹) هماهنگ است. با توجه به این که ورود به حوزه‌های علمیه داوطلبانه می‌باشد، به نظر می‌رسد افرادی که وارد حوزه‌های علمیه می‌شوند علاقه و گرایش‌های مذهبی بالاتری دارند. علاوه بر آن آموزش مذهبی، باعث افزایش دینداری آنان می‌شود. این امر در تایید نظر بوردیوی جامعه شناس نیز می‌باشد که معتقد است: مذهب، نظامی نمادین است که هم‌زمان ساخت یافته و ساخت دهنده است (۴۶). در تحقیقات آتی انجام مطالعه مداخله‌ای جدید درباره عوامل موثر در رفتار و جهت گیری مذهبی دانشجویان با هدف ارتقای سلامت فکری و بهداشت روانی دانشجویان پیشنهاد می‌گردد.

References

1. Allport GW, Ross GM .personal religious and prejudice. Journal of personality and Social psychology. 1967; 5,P 432-443.
2. Khodapanahi M, Khavaninzadeh Saryazdi M. The Role of personality in student's religious orientation, Journal: Journal of Psychology. 1998; summer, Volume 4, Number 2 (14);185 - 204. [persion].
3. Spilka B, Hood R W, Gorsach R L. The Psychology of religion; An Emprical Approach Eny lewod cliffs, NJ: Prentice-Hall. 1985. P 76.
4. Spilka B, Shaver P, Kirkpatrick L A. A general attribution theory for the psychology of religion. Journal for the Scientific Study of Religion. 1985,24: P 1-20.
5. Newmon JS, Pargament K L. The role of religion in the problem-solving process. Review of religions. 1990;31(12):P 390-403.
6. Fram E. Psychology and religion, translation Nazarian A, The mailman, Tehran 1957, p 79. [In Persian].
7. Watson P.J, Morris R J, Hood R.W. Attributional complexity, religious orientation, and indiscriminate proreligiousness.Review of Religious Research,1990,32. 110-121.
8. Kaldestad E.The empirical relationship of the religious orientations of personality. Scandinavian Journal of Psychology1995. 36.P. 95-108.
9. Spiro M. Religion: Problems of Definition and Explanation, in: M. Banton (ed.), Anthropological Approaches to the Study of Religion, London. 1966. p. 95.
10. Gorsuch R.L. Psychology of Religion. Annual Reviews of Psychology.1988.21: P 39-201.
11. Hallahame B B, Argyle A.The psychology of religious behavior, belief and experience: Rutledge. 1997.p. 128.
12. Ashby J, Haffman J. Religious orientation and multidimensional pertectionism: Relationships and implications, Counseling&1991; Values:34, (3) P 178.
13. Bahrami Ehsan H. The relationship between religious orientation and anxiety and self-esteem, Psychology Journal .1996; 6 (24), P 347-336. [persion].
14. Vafaeebur S. The role of religious orientation (internal and external) religious coping job stress female teachers in the city of Hamedan, Master Thesis, Tarbiat Modarres University, Tehran. 1991, P 65-67.
15. Mokhtari A. Relationship between religious orientation (internal and external) with Stress Tehran University students, Master Thesis, University of Tarbiat Modarres, Tehran ,1993, P111. [persion].

16. Maddahi M A, Samadzade M, Farzane M M. Examine the relationship between religious orientation and psychological well-being of students, publication: Educational Psychology: 2011, spring, Volume 2, Number 1; p 53 – 63. [persion].
17. Ghaderi D, Mostafaee M. Styles identity and religious orientation in male and female students, Social Studies of women "winter 2013, the year – (33). P35-48.
18. Mansurnejad Z, Kajbaf M B. The relationship between religious orientation (internal, external), sex, and death anxiety among students Publication: Research in Cognitive and Behavioral Sciences, 2012, spring and summer, Volume 2, Number 1 (2); p 55 – 64. [persion].
19. Rasooli R, Soltanigard F. compare and analyze the relationship between religious orientation and religious beliefs and marital adjustment of scholars and students, the journal: Journal of Family Research, 2012,: winter, Volume 8, Number 32; p 427 – 439. [persion].
20. Borjali Z, Khosravi Z, Poorshariyari M. The role of religious orientation in the structure of individual identity. Psychology and religion: 1998; fall, Volume 6, Number 3 (23); p 97 – 108. [persion].
21. Khalilifar M, Kazemi S, Javed H. intermediation role of religious orientation parenting styles and the meaning of life in third grade high school students in Shiraz, Journal: Methods and psychological models: 2014,, spring, period 4, No. 15; P 59 – 73. [persion].
22. Hariri N, Abazari Z, Ismaili Glsfyd M. Assess the relationship between religious orientation and organizational loyalty among librarians (Case study: academic libraries in Karaj). Journal: Research doctrinal theological (Islamic sciences), 2014,: spring, Volume 4, Number 13; p 53 – 71. [persion].
23. Carle A C, chassion L. Resilience in a community sample of children: its prevalence and relation internalizing symptomatology and positive affect, Journal of applied development psychology, 2004;25: P 577-596.
24. Bonanno GA. Loss, Trauma, and human resilience. American psychologist,2004, vol 59, P 20-28.
25. Masten A S, Cohornen A. Ordinary majic: Resilience processes in development, American Psychology2001; 56(3):P 227-238.
26. Bitsika V, Sharpley C F, Peters K. How is resilience associated with anxiety and depression? Reprinted from the German Journal of Psychiatry,2010. P 1433-1055.
27. Kobasa SC, Maddi SR, Kahn S. Hardiness and health: a prospective study. J Pers Soc Psychol.1982 Jan.42(1). p168-77.
28. Jafari E, Sohrabi F, Jomehri F, Najafi M. The Relation ship between type C personality, locus of control and hardiness in patients suffering from cancer and normal subjects. Journal of Clinical Psychology.Vol. 1, No.1, 2009. P 57-66. [Persian].
29. Woodard C. Hardiness and the Concept of Courage. Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 2004. 56(3).P 173–185.
30. Subramanian S, Vinothkuma M. Hardiness Personality, Self-Esteem and Occupational Stress among IT Professionals.Journal of the Indian Academy of Applied Psychology.2009. P35.
31. McCullough, Michael E, Friedman, Howard S, Enders Craig K, Martin, Leslie R. Does devoutness delay death? Psychological investment in religion and its association with longevity in the Terman sample. Journal of Personality and Social Psychology,2009, Vol 97(5), Nov 2009, P 866-882.
32. Wilcox c. personality and religion among a level religious studies Students International Journal of Children's Spirituality, Volume ,February 1997 , pages P 48 – 56.
33. Costa P T, McCrae RR. Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings. Journal of personality and social psychology, 2001,81(2), P322-331.
34. Andreoni J. Philanthropy, in S-C. Kolm and J. Mercier Ythier, eds., Handbook of Giving, Reciprocity and Altruism. Amsterdam: North Holland,2006; P 1201-1269.
35. Gerber G, Hungerman H. Does Church Attendance Cause People to Vote? Using Blue Laws' Repeal to Estimate the Effect of Religiosity on Voter Turnout,2010, p 720.
36. Hungerman M D. Does Religious Proscription Cause People to Act Differently? Evidence from a Theory-Based Test, 2010.P 780.
37. Johnson B, Ralph T, Derek W. Objective Hope: Assessing the Effectiveness of Faith-Based Organizations: A Review of the Literature," report for the Center for Research on Religion and Urban Civil Society.2002.pp 453-459.
38. Kiyamarsi A, Najjarian B, Honarmand M. construction and validation of a scale to measure the hardiness, Journal of Education and Psychology martyr Chamran, 1990. P3271-285. [persion].
39. Conner K M, Davidson J R T . Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson resilience scale (CD-RISC). Depression and Anxiety, 2003.18, P 76-82.

40. Besharat M. Validity and Reliability of Resilience Scale, Reports for Tehran University 2007. P16. [persion].
41. Bahrami E, Tashk A. The dimensions of the relationship between religious orientation and mental health, and assess the scale of religious orientation. Journal of Psychology and Educational Sciences. 1998, 34 (2), P 41-63 .[persion].
42. Damirchi E S, Yazdizadeh P, Sabayan B. A Study of the Relationship between Resiliency, Religious Belief and Post Menstruation Symptoms among Single College Students. 2012, Vol. 1 Issue 4, p18-26. 9.
43. Hajizadeh M, Barghamadi D. The relationship between religious beliefs and life satisfaction among the elderly. Iranian Journal of Ageing. 2007; Issue XI, spring p 76 – 94. [persion].
44. Sahraeian A, Golami A, Omidvar B. The relationship between religious attitude and happiness in medical students of Shiraz University of Medical Sciences. Journal of Gonabad University of Medical Sciences and Health Services, 2010, Volume 17, Number 1.p23-32. [persion].
45. Azarbayjani M, Mosaviasl S M. Introduction to the psychology of religion. First edition. Qom. Press samt. 2001;(1): P 20-241.
46. Dillon M, Pierre B. Religion and cultural production. Cultural Studies;2001;1(4): P 411-429.

بررسی دیدگاه قرآن در رابطه با تغذیه کودک با شیر مادر

سعیده جعفرزاده*

گروه پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.

چکیده

زمینه و هدف: شیر مادر به لحاظ داشتن مواد مغذی، بهترین غذا برای کودکان می‌باشد. بسیاری ازآیات و روایات بر اهمیت شیردهی تاکید داشته‌اند؛ لذا بر آن شدیم دیدگاه قرآن را در رابطه با تغذیه با شیر مادر بررسی نماییم.

مواد و روش‌ها: تحقیق مروری با مراجعه به قرآن، مقالات علمی و جستجوی منابع در سایت‌های معتبر و مطالعات کتابخانه‌ای انجام شده است که بـا روش توصـیفی– تحلیلـی انجـام شده و بـرای گـردآوری اطلاعات از روش فیش برداری استفاده شده است.

نتایج: قرآن مطالب مهمی در رابطه با شیر مادر بیان نموده است که می‌توان به آیه ۲۳۳ سوره بقره که مهم‌ترین آیه در خصوص شیر مادر است، آیه ۱۵ احقاف، ۱۴ لقمان، ۲۳ نساء، ۶ طلاق، ۲ حج، ۷ و ۱۲ قصص اشاره نمود. آیه ۲۳۳ بقره تاکید دارد که هیچ شیری برای کودک مناسب تر از شیر مادر نیست. آیه ۲۳۳ بقره یک دوره شیردهی کامل را دو سال و ۱۴ لقمان ۲۴ ماه ذکر کرده است. اما در آیه ۱۵ احقاف مدت شیردهی برای کودکی که ۹ ماه زندگی جنینی را پشت سرگذاشته، ۲۱ ماه بیان شده است که این میزان به هر مقدار که از طول بارداری کم شده باشد افزایش می‌یابد.

نتیجه‌گیری: از بزرگترین اعجازهای قرآن در ۱۴ قرن پیش اشاره قرآن به عدد ۲ سال (۲۴ ماه) می‌باشد. تحقیقات اخیراً، ثابت کرده‌اند بیشترین فواید شیر مادر برای کودک تا پایان ۲ سال می‌باشد. از دیدگاه قرآن برای کودکان مناسب ترین غذا شیر مادراست. بنابراین لازم است در چنین امر مهمی تقوای خدا پیشه کنند و امر و نهی او را مراعات نمایند.

کلمات کلیدی: **قرآن، تغذیه کودک، شیر مادر**

* **نویسنده مسئول: سعیده جعفرزاده**، گروه پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران. Email: saeedeh.jafarzadeh@yahoo.com

مقدمه

تغذیه با شیر مادر ایده‌آل‌ترین تغذیه در مراحل اولیه زندگی به ویژه در دوران نوزادی می‌باشد(۱، ۲). شیر مادر علاوه بر دارا بودن انرژی و مواد مغذی برای رشد و تکامل طبیعی کودک حاوی عوامل ایمنی، فاکتورهای رشد، هورمون‌ها و آنزیم‌ها می‌باشد که اثرات مفید بهداشتی، تغذیه‌ای، محافظتی، تکاملی، روانی و اقتصادی برای نوزاد، مادر، خانواده و اجتماع را به دنبال دارد (۳). تغذیه با شیر مادر همچنین نیازهای تغذیه‌ای شیرخواران را تامین نموده و بهترین الگوی رشد و تکامل مطلوب کودکان را فراهم می‌نماید. شیر مادر یک مایع بی‌نظیر و زنده حاوی عوامل ضد میکروبی است که شیرخوار را در مقابل بسیاری از بیماری‌ها و عفونت‌ها (مثل اسهال و عفونت‌های گوارشی و تنفسی، عفونت گوش، آسم و اگزما و آلرژی) محافظت می‌کند و مرگ و میر ناشی از این بیماری‌ها را کاهش می‌دهد و همچنین احتمال چاقی و بیماری‌های مزمن از جمله: بیماری‌های قلبی عروقی، پرفشاری خون، سرطان‌ها و دیابت را در بزرگ‌سالی کاهش می‌دهد (۴). شیر هر مادری برای فرزند خودش بهترین است و ترکیب آن براساس تغییر نیازهای او برحسب سن شیرخوار و حتی در هر وعده تغییر می‌کند. تغذیه با شیر مادر به رشد و تکامل فک و صورت کمک کرده و از پوسیدگی دندان پیشگیری می‌کند. امکان تکلم بهتر، هوش بالاتر و کسب مهارت‌های کامل و تحصیلی بهتر را در آینده فراهم می‌سازد. تغذیه با شیر مادر تامین کننده گرما، صمیمیت، نزدیکی و تماس مادر و کودک است که نتیجه آن ارتقاء تکامل جسمی و عاطفی کودک است. به علاوه شیر مادر همیشه و

همه جا در دسترس است و نیازی به خریدن، آماده کردن، تجهیزات و ذخیره سازی ندارد (۵). به طوری که از سوی سازمان جهانی بهداشت، شیر مادر به عنوان کامل‌ترین غذا برای شیرخواران معرفی شده است (۳).

شیردهی همچنین برای مادر نیز مزایایی دارد که می‌توان به کاهش میزان خونریزی و تسریع برگشت اندام‌های تناسلی بعد از زایمان، کاهش وزن، تاخیر در شروع قاعدگی و بارداری مجدد پس از زایمان، کاهش میزان بروز سرطان پستان و تخمدان قبل از یائسگی، افزایش باز جذب کلسیم و کاهش میزان بروز شکستگی گردن، استخوان و ران در سنین پس از یائسگی و مزایای بی شمار دیگر اشاره نمود (۱، ۶ و ۷). اما امروزه زندگی ماشینی و شهرنشینی مشکلات زیادی را برای انسان‌ها به وجود آورده است، یکی از نمونه‌های آن را می‌توان در محروم ساختن کودک از شیر مادر اشاره نمود. به گونه‌ای که سازمان‌های جهانی به ناچار هفته‌ای را در سال برای ترویج شیر مادر انتخاب و نام‌گذاری کرده است تا شاید بتوانند تا حدی به این وضعیت نامطلوب سر و سامان بدهند (۲، ۳). به گزارش سازمان جهانی بهداشت سالانه ۱/۵ میلیون مرگ کودک به دلیل محرومیت یا تغذیه ناکافی با شیر مادر اتفاق می‌افتد (۸). شیرخوارانی که از شیر مادر تغذیه نمی‌شوند ۲/۵ برابر بیشتر از شیرخواران شیر مادر خوار دچار بیماری می‌شوند و در شیرخوارانی که از شیر مادر استفاده نمی‌نمایند احتمال مرگ در اثر اسهال ۲۵ برابر، مرگ در اثر عفونت‌های تنفسی ۳ برابر و ابتلا به عفونت‌های گوش ۲ برابر بیشتر از شیرخوارانی است که از تغذیه انحصاری از شیر مادر استفاده می‌کنند، می‌باشد (۳). بر اساس استانداردهای موجود جهانی، همه کودکان باید تا ۶ ماهگی منحصرا با شیر مادر تغذیه شوند. بر این اساس در کشور ما تا دو، سه سال پیش حدود ۵۰ درصد مادران؛ نوزادان خود را تا ۶ ماهگی منحصرا با شیر مادر تغذیه می‌کردند اما این میزان طی سال‌های اخیر به شدت کاهش یافته است که نگران کننده می‌باشد. بنابر آمار وزارت بهداشت، میزان تداوم تغذیه با شیر مادر به مدت یک سال از ۶۵ درصد در سال ۱۳۷۶ به ۹۰ درصد در سال ۱۳۷۹ رسید و تغذیه انحصاری با شیر مادر در کودکان زیر ۶ ماه از حدود ۹ درصد در سال ۱۳۷۰ به ۴۵ درصد در سال ۱۳۷۹ رسید اما این شاخص نتوانست روند صعودی خود را طی کند. در سال ۸۵ مسوولان وزارت بهداشت اعلام کردند که میزان تغذیه انحصاری با شیر مادر در ایران به ۲۹ درصد کاهش یافته است؛ اما بر اساس آمار جدید امسال حدود ۲۰ تا ۲۵ درصد نوزادان از تغذیه انحصاری با شیر مادر برخوردارند که هم اکنون حدود ۲۰ درصد مادران نوزادان خود را تا ۶ ماهگی فقط با شیر خود تغذیه می‌کنند. درباره ادامه تغذیه با شیر مادر تا ۲ سالگی نیز اطلاعات موجود نشان می‌دهد که حدود ۸۰ درصد نوزادان ایرانی تا ۱۵ ماهگی از نعمت تغذیه با شیر مادر برخوردارند؛ اما این شاخص برای ۲۰ تا ۲۳ ماهگی بین ۵۰ تا ۶۰ درصد است (۵، ۷).

سازمان بهداشت جهانی توصیه نموده که، حدود ۹۸ درصد مادران باید بتوانند نوزادان خود را تا ۶ ماهگی منحصرا با شیر مادر تغذیه کنند (۲، ۹). اما آمار به دست آمده نشان می‌دهد که از میان ۶ منطقه سازمان بهداشت جهانی منطقه ما که منطقه شرق مدیترانه است، کمترین میزان تغذیه با شیر مادر در دنیا انجام می‌شود؛ در حالی که اکثریت کشورهای این منطقه مسلمان هستند. بنابراین با توجه به مزایای بی نظیر تغذیه با شیر مادر، سازمان جهانی بهداشت استراتژی جهانی تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول زندگی و تداوم آن تا ۲ سال را به همراه تغذیه تکمیلی مورد تاکید قرار داد (۱۰، ۱۱). قرآن کریم نیز به عنوان مهم‌ترین رکن معارف اسلامی و کتاب سعادت نیز بر اهمیت تغذیه با شیر مادر تاکید نموده است بنابراین در تمام منابع اسلامی همچون قرآن کریم (که به عنوان مهم‌ترین و اساسی ترین منبع و در حقیقت قانون اساسی اسلام است)، روایت پیامبر اکرم (ص) و معصومین (ع) و نیز کتب فقهی مطالب جالب و مهمی در مورد تغذیه با شیر مادر و آثار و احکام آن وجود دارد؛ لذا بر آن شدیم تا دیدگاه قرآن کریم را در رابطه با تغذیه کودک با شیر مادر را مورد بررسی قرار دهیم.

روش‌ها

این تحقیق مروری با مراجعه به منبع حیات بخش بشری «قرآن» و نیز با استفاده از مقالات معتبر علمی و جستجوی منابع مختلف در سایت‌های معتبر و نیز مطالعات کتابخانه‌ای انجام شده است که با روش توصیفی – تحلیلی به انجام رسیده و برای گرد آوری اطلاعات از روش فیش برداری از این منابع بهره گرفته شده است.

نتایج

در قرآن کریم که به عنوان مهم‌ترین و اساسی ترین منبع و در حقیقت قانون اساسی اسلام است، مطالب مهمی در مورد تغذیه با شیر مادر، آثار و احکام آن وجود دارد که مستقیما بحث شیر مادر در آن‌ها مطرح شده است که می‌توان به آیات زیر اشاره نمود (۱۲).

۱- آیه ۲۳۳ سوره بقره – این آیه به اعتباری، مهم‌ترین آیه در خصوص شیر مادر است.
۲- آیه ۱۵ سوره احقاف
۳- آیه ۱۴ سوره لقمان
۴- آیه ۲۳ سوره نساء- این آیه ناظر به ارتباط خویشاوندی رضاعی است.
۵- آیه ۶ سوره طلاق
۶- آیه ۲ سوره حج
۷- آیه ۷ سوره قصص
۸- آیه ۱۲ سوره قصص

نکات مهمی که از آیات قرآنی مربوط به شیر مادر می‌توان آموخت شامل موارد زیر می‌باشد:

حق شیردادن و شیرخوردن

آیه ۲۳۳ سوره بقره با «والوادات یرضعن اولادهن حولین کاملین لمن ارادان یتم الرضاعه» آغاز می‌شود. در این آیه به جای کلمه متعارف «ام» به معنای مادر از کلمه «والدات» (جمع والده) استفاده شده است. والده به مادری گفته می‌شود که کودک را زاییده است در حالی که معنای ام، هم مادر و هم کسی را که بر جایگاه مادری نشسته شامل می‌شود. به عبارت دیگر حق شیردادن متعلق به والده است.

اطلاعات علمی امروز به ما نشان می‌دهد که تغییر ترکیبات شیر مادر از هنگام تولد کودک تا پایان دوران شیر دهی با نیازهای ویژه غذایی و ایمونوژیک کودک تناسب دارد به طوری که در نخستین روزهای پس از زایمان، آغوز (شیر ماک یا colostrums) با ترکیب متراکمی از فاکتورهای ایمنی بخش (نظیر گلبول‌های سفید، ایمونوگلوبولین A، آنتی بادی‌ها همراه با فاکتورآنتی تریپسین که مانع تجزیه آن‌ها می‌شود) ترشح می‌گردد و در حقیقت نوعی مصونیت را در حساس ترین و آسیب پذیرترین دوره زندگی کودک فراهم می‌سازد.

بر اساس آیه ذکر گردیده مادر حق دارد از آثار فیزیولوژیک شیر دادن به کودک خود همچون برکات ترشح اکسی توسین که از بخش خلفی غده هیپوفیز در اثر مکیده شدن پستان توسط طفل شیر خوار ترشح می‌شود بهره ببرد. اکسی توسین باعث انقباضات رحم شده و آن را به تدریج به اندازه طبیعی خود باز می‌گرداند. مادر حق دارد با شیر دادن، از چربی ذخیره شده در بدن خود در طول بارداری، برداشت کند و به وزن مطلوب نزدیک تر شود. همچنین مادر حق دارد از احساس رضایت معنوی ناشی از شیر دادن و دیگر برکات آن بهره مند شود و این حق را نمی‌توان از او سلب کرد در عین حال آن که نمی‌توان او را به شیر دادن اجبار نمود (۱۰).

به طور کلی به دلایل بسیار، هیچ شیری برای کودک مناسب تر از شیر مادر خودش نیست؛ لذا کودک با تاکید این آیه کریمه حق دارد دوران شیر خواری را به طور طبیعی با بهره گیری از شیر مادر خودش سپری کند تا از مناسب ترین غذا و حمایت ایمونولوژیک و آثار مطلوب آن استفاده نماید.

در حقوق اسلامی برهمین پایه، حق حضانت کودک را در دوران شیر خواری با تاکید به مادر می‌دهند و نیز باز بر همین پایه اجرای برخی احکام به زمان دیگر پس از دوره شیردهی منتقل می‌گردد.

مسئولیت پدر و سرپرست

از نکات جالب دیگر آیه مذکور مسئولیتی است که متوجه پدر، یا جانشین پدر و حتی نظام حکومتی و جامعه در ضرورت فراهم سازی زمینه تغذیه کودک با شیر مادر می‌باشد که شاید متاسفانه در مورد قسمت اخیر کمتر بحث شده است.

مدت توصیه شده برای شیردهی

بر اساس آیه ۲۳۳ سوره بقره در کلمه «حولین کاملین» دو سال تمام و نیز آیه ۱۴ سوره لقمان یک دوره شیردهی کامل، ۲۴ ماه است. اما با استنباط از آیه ۱۵ سوره احقاف حداقل مدت شیردهی برای کودکی که ۹ ماه زندگی جنینی را پشت سر گذاشته ۲۱ ماه است. بدیهی است این میزان حداقل به هر مقدار که از طول مدت بارداری کم شده باشد افزایش خواهد یافت و این نیز از شگفتی‌های قابل تامل در آموزش‌های قرآنی است که می‌توان با کمک یافته‌های علمی روز آن را توضیح داد.

اجتناب از زیان رساندن به مادر و پدر

با همه اهمیت شیر مادر در آیه ۲۳۳ سوره بقره عبارت «ولا تضار والده بولدها ولا مولود له بولده» ناظر بر مسائل مهم دیگری است که نباید از نظر دور بماند. برخی محققین از همین بخش آیه به عنوان یک مصداق ضرورت فاصله گذاری منطقی میان زایمان‌ها را مورد توجه قرار داده‌اند.

ضرورت مشاوره فنی و کارشناسی در خصوص از شیر گرفتن

به لحاظ اهمیت فوق العاده تداوم تغذیه کودک با غذای مناسب هم در آیه ۲۳۳ سوره بقره و هم در آیه ۶ سوره طلاق بر ضرورت مشاوره کارشناسی در مورد چگونگی از شیر گرفتن کودک تاکید شده است.

حساسیت موضوع تغذیه کودک با شیر مادر و ضرورت مراعات امر و نهی پروردگار

بخش پایانی آیه مورد اشاره در سوره بقره با طرح اهمیت مساله تغذیه کودک با شیر مادر می‌باشد و بر نظارت خدا در این خصوص تاکید خاص دارد.

شیر مادر، برای کودکان نارس نیز مناسب ترین غذا است.

اگر چه در روایات متعددی این موضوع مورد اشاره اجمالی است، از مفاد ۱۵ سوره احقاف نیز به وضوح می‌توان مناسب بودن تغذیه شیر خوار نارس با شیر مادر خودش را دریافت. جالب توجه است مادرانی که کودکان نارس به دنیا می‌آورند، تا حدود ۲ هفته تا ۲۱ روز آغوز ترشح می‌کنند، در حالی که مدت ترشح آغوز در کودکان غیر نارس ۵-۴ روز است. این نکته با توجه به عدم تکامل سیستم ایمنی نوزاد نارس بسیار جالب و شگفت انگیز و در عین حال مؤید بی مانندی شیر مادر است.

هم آغوشی مادر و کودک

از مضمون آیه ۲ سوره حج، هم آغوشی شیرخوار و مادر استنباط می‌شود. امروزه بحث هم اتاقی مادر و کودک یا به اصطلاح Rooming in مورد تاکید است تا کودک را پس از ولادت از مادر جدا نسازند و در همان اتاق نزدیک مادر قرار دهند. شکل تکامل یافته هم اتاقی هم آغوشی است. تماس هر چه نزدیک تر مادر و شیر خوار، لمس بدن، بوییدن، نگاه کردن و فکر کردن به کودک توسط مادر در افزایش ترشح پرولاکتین و اکسی توسین نقش دارد.

حقوق مادری

رعایت حقوق فرزندان توسط والدین، بارها مورد تاکید قرار گرفته است. اما در میان عواملی که تاکید بیشتر در مورد حقوق مادر را مطرح می‌کنند، از شیر دادن مادر به فرزند نام برده شده است. این نکته در بخش آغازین آیه ۱۵ سوره احقاف مطرح گردیده است.

آیه ۱۵ سوره الاحقاف:

«و وصینا الانسان بوالدیه احسانا حملته امه کرها و وضعته کرها و حمله و فصاله ثلاثون شهراً ...»(۱۵)

انسان را (نسبت) به پدر و مادرش به احسان دعوت کردیم، مادرش با تحمل رنج به او باردار شد و با تحمل رنج او را به دنیا آورد و بار برداشتن و از شیر گرفتن او سی ماه است تا آنگاه که به رشد و تکامل کامل خود برسد...(۱۵)

به انسان نیکی کردن به پدر و مادرش را سفارش کردیم، مادرش او را با ناراحتی حمل کرده و با ناراحتی زایید ، دوران حمل و از شیر بازگرفتنش سی ماه است.

آیه ۱۴ سوره لقمان:

«و وصینا الانسان بوالدیه حملته امه وهنا علی وهن علی فصاله فی عامین...»(۱۴)

و انسان را درباره پدر و مادرش سفارش کردیم. مادرش به او باردار شد و از شیر بازگرفتنش در دو سال است.(به او سفارش کردیم) که شکرگذار من و پدر و مادرت باش که بازگشت (همه) به سوی من است...(۱۴)

آیه ۶ سوره الطلاق:

«فان ارضعن لکم فأتوهن اجورهن و أتمروا بینکم بمعروف و ان تعاسرتم فسترضع له اخری»(۶)

اگر زنان مطلقه برای شما فرزند را شیر دهند، پاداش آن‌ها را بپردازید (درباره فرزندان، کار را) با مشاوره شایسته انجام دهید و اگر به توافق نرسیدند، زن دیگری شیر دادن آن بچه را به عهده گیرد (۶).

آیه ۲۳ سوره نساء مسأله خویشاوندی رضاعی:

حُرِّمَتْ عَلَیْکُمْ أُمَّهاتُکُمْ وَ بَناتُکُمْ وَ أَخَواتُکُمْ وَ عَمَّاتُکُمْ وَ خالاتُکُمْ وَ بَناتُ الْأَخِ وَ بَناتُ الْأُخْتِ وَ أُمَّهاتُکُمُ اللاَّتی أَرْضَعْنَکُمْ وَ أَخَواتُکُمْ مِنَ الرَّضاعَةِ وَ أُمَّهاتُ نِسائِکُمْ وَ رَبائِبُکُمُ اللاَّتی فی حُجُورِکُمْ مِنْ نِسائِکُمُ اللاَّتی دَخَلْتُمْ بِهِنَّ فَإِنْ لَمْ تَکُونُوا دَخَلْتُمْ بِهِنَّ فَلا جُناحَ عَلَیْکُمْ وَ حَلائِلُ أَبْنائِکُمُ الَّذینَ مِنْ أَصْلابِکُمْ وَ أَنْ تَجْمَعُوا بَیْنَ الْأُخْتَیْنِ إِلاَّ ما قَدْ سَلَفَ إِنَّ اللَّهَ کانَ غَفُوراً رَحیماً.(۲۳)

بر شما حرام ابدی شده (ازدواج با هفت گروه از خویشانتان که محارم نامیده می‌شوند:) مادرانتان و دخترانتان و خواهرانتان و عمه‌هایتان و خاله‌هایتان و دختران برادر و دختران خواهر و (همچنین شش گروه دیگر، از راه شیر خوردن و عقد بستن:) آن مادرانتان که به شما شیر داده‌اند و خواهران رضاعی‌تان و مادران زن هاتان و دختران همسرانتان که در دامان (و تحت کفالت) شمایند از آن همسرانی که با آن‌ها همبستر شده‌اید و اگر با آن‌ها همبستر نشده‌اید پس گناهی بر شما نیست (که مادر را رها کنید و با آن‌ها ازدواج نمایید) و نیز همسران پسرانتان که از صلب شمایند (نه پسرخوانده‌ها) و نیز جمع میان دو خواهر (در یک زمان) جز آنچه (در زمان جاهلیت) گذشته، که همانا خداوند همواره بسیار آمرزنده و مهربان است (۲۳).

آیه ۲ سوره حج پیوستگی و انس مادر شیرده و طفل شیر خوار

یَوْمَ تَرَوْنَها تَذْهَلُ کُلُّ مُرْضِعَةٍ عَمَّا أَرْضَعَتْ وَ تَضَعُ کُلُّ ذاتِ حَمْلٍ حَمْلَها وَ تَرَی النَّاسَ سُکاری وَ ما هُمْ بِسُکاری وَ لکِنَّ عَذابَ اللَّهِ شَدیدٌ (۲)

روزی که آن را ببینید (خواهید دید که) هر زن شیردهنده‌ای از شیر دادن کودک خود غفلت می‌کند و هر زن بارداری بار خود را فرو می‌نهد و مردم را مست بینی، اما مست نیستند ولی عذاب خداوند سخت است (۲).

آیه ۱۲ سوره القصص شرح وقایع به آب افکندن موسی و از آب گرفتن او توسط دربار فرعون و توجه پروردگار به مسأله تغذیه این کودک با شیر مادر خودش عنوان شده است.

وَ حَرَّمْنا عَلَیْهِ الْمَراضِعَ مِنْ قَبْلُ فَقالَتْ هَلْ أَدُلُّکُمْ عَلی أَهْلِ بَیْتٍ یَکْفُلُونَهُ لَکُمْ وَ هُمْ لَهُ ناصِحُونَ.(۱۲)

ما همه زنان شیرده را از پیش بر او حرام کردیم (تا تنها به آغوش مادر باز گردد) و خواهرش (که بیتابی مأموران را برای پیدا کردن دایه مشاهده کرد) گفت: «آیا شما را به خانواده‌ای راهنمایی کنم که می‌توانند این نوزاد را برای شما کفالت کنند و خیرخواه او باشند؟!» (۱۲)

شیر مادر در احادیث و روایات

اهمیت تغذیه کودک با شیر مادر که در آیات متعدد قرآنی مطرح شده است، طبیعی است که در احادیث شریفه نیز به اشکال مختلف مورد بحث قرار گیرد.

شیر مادر به عنوان نمونه‌ای آشکار از لطف و عنایت پروردگار نسبت به انسان و جلوه‌ای از حکمت بالغه الهی در قالب مناجات، ادعیه و رهنمودهای بهداشتی، حقوقی، اجتماعی معصومین (ع) مطرح گردیده است (۱۳، ۱۴).

شیر مادر بی نظیر است.

این کلام از حضرت رسول اکرم (ص) که فرمود: «لیس للصبی لبن خیر من لبن امه» یعنی برای کودک هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست، کاملترین بیان در اهمیت تغذیه کودک با شیر مادر (به خصوص مادر خودش) را در بردارد که می‌توان بر اساس یافته‌های علمی روز به تفسیر علمی این کلام مبادرت ورزید.

شیر مادر مبارک ترین غذای کودک است.

این جمله مبارک امیر المؤمنین که کودک با هیچ شیری تغذیه نمی‌شود که به اندازه شیر مادر خودش مبارک و یا با برکت باشد نیز همانند کلام حضرت رسول اکرم (ص) بیانی کامل، نغز و پر مغز و در عین کوتاهی در بردارنده دنیایی از اطلاعات و همه سونگری است.

حق تغذیه کودک با آغوز

جایگاه آغوز در تامین سلامت و بقاء کودک در حساس ترین ایام حیات نوزاد و تاکیدات مکرر روایات بر استفاده از شیر مادر از آغاز تولد کودک منشا صدور فتاوای وجوب بهره مند ساختن نوزاد از آغوز شده است.

شیر دادن کمتر از ۲۱ ماه، ستم به کودک است.

در روایات اسلامی با استناد به آیه ۱۵ سوره احقاف حداقل زمان شیر دادن به کودک ۲۱ ماه و حد مطلوب و کامل آن با استناد به آیه ۲۳۳ سوره بقره ۲۴ ماه ذکر شده است. دادن غذای تکمیلی را نیز از زمان رویش اولین دندان‌های شیری پیشین فک تحتانی (۶ ماهگی) توصیه فرموده‌اند.

تغذیه انحصاری کودک با شیر مادر تا ۶ ماهگی

در چندین روایت بر کفایت شیر مادر در تامین آب و غذای کودک هنگامی که به طور انحصاری مورد استفاده قرار می‌گیرد (تا سن ۶ ماهگی) تاکید شده است؛ لذا آنچه که امروزه به عنوان نتیجه تحقیقات علمی روز، در کفایت شیر مادر به هنگام تغذیه انحصاری Exclusive Breast Feeding عنوان می‌شود، در روایات معصومین علیهم السلام از پیش مطرح بوده است. جابر بن عبدا... انصاری از حضرت رسول اکرم (ص) نقل می‌کند که فرمود: خداوند متعال روزی کودک را در دو پستان مادر قرار داده است. در بخشی آب و در بخش دیگر غذای او را و از هنگام ولادت کودک، به تناسب نیاز هر روز وی، روزی متناسب آن روز او را مقرر فرموده است.

در توصیه حضرت امام صادق (ع) به همسرشان با تاکید به شیر دادن از هر دو پستان در هر بار شیر دادن به تامین آب و غذای کودک اشاره شده است. دانش روز ثابت کرده رقیق بودن شیری که در آغاز هر بار شیر خوردن دریافت می‌شود برای تامین آب مورد نیاز و رفع حس تشنگی کودک است و به عکس ترکیب شیر پسین که چرب تر، غلیظ تر و متراکم تر است سبب سیر شدن کودک می‌شود.

شیر دادن از هر دو پستان

اگر چه فعلا تاکید خاصی روی شیر دادن از هر دو پستان در هر بار شیر دادن نمی‌کنند، اما در روایات نقل شده از معصومین علیهم السلام از جمله دو روایتی که در مورد تغذیه انحصاری کودک با شیر مادر مطرح شد، این تاکید وجود دارد که با عنایت به تغییر ترکیب شیر پیشین و پسین بهتر است در هر بار شیر دادن اول یک پستان تخلیه و سپس از پستان دیگر استفاده شود تا هم شیر با کیفیت مناسب تر در اختیار کودک قرار گیرد و هم تحریک شیر سازی در هر دو پستان صورت گیرد.

تغییرات تدریجی ترکیب شیر مادر

همان روایت ذکر شده در مورد تغذیه انحصاری کودک با شیر مادر، جای تامل بسیار دارد و از موضوع شگفت انگیز تغییر تدریجی ترکیب شیر مادر در طول دوران شیردهی حکایت می‌کند. این تغییرات با تغییرات نیازهای غذایی و ایمونولوژیک شیرخوار هماهنگ است و در عین حال که انسان می‌تواند همین شیر مادر را به مثابه مائده الهی، تابلوی حکمت خداوندی ببیند در همان حال نیز خاضعانه در برابر غنای آموزش‌های اسلامی و همه سونگری و هماهنگی آن‌ها با اسرار خلقت زانو بزند.

هم آغوشی مادر و کودک

از حضرت امام جعفر صادق (ع) نقل شده که آغوش چپ مادر، جایگاه مناسب تر شیرخوار است.

شیر دادن به هنگام شب

امروزه بر اساس دانش نو شناخته و نوآور کرونوبیولوژی که در آموزش‌های اسلامی ریشه‌ای به قدمت ۱۴۰۰ سال دارد، تغییرات ترشح هورمون‌ها و کاهش و افزایش آن‌ها در ساعات مختلف شبانه روز بررسی گردیده و نشان می‌دهد چنانچه مادران شیرده پس از نیمه شب یکی دو بار به کودکان خود شیر دهند سطح پایه‌ای هورمون پرولاکتین افزایش می‌یابند و تضمین یک شیر دهی موفق را میسر می‌سازد که در آموزش‌های اسلامی با ثواب فراوان مورد توصیه قرار گرفته است.

شیردادن از پستان همانند جهاد در راه خدا

وقتی که حضرت رسول اکرم در فضیلت جهاد سخنرانی می‌فرمود و بانوان مسلمان در ملاقات با ایشان از محرومیت خود از مشارکت در جهاد گلایه می‌کردند، آن حضرت طی حدیث مفصلی فرمود:

«آیا راضی نیستید هنگامی که یکی از شما از همسر خود در حالی که او از شما خشنود است باردار شود ثواب کسی را دارد که روزها روزه بگیرد و شب‌ها برای عبادت خدا بپاخیزد و چون زایمان کند هر جرعه‌ای که از شیر او در آید و هر بار که طفل پستان او را می‌مکد برای هر جرعه و هر بار مکیدن ثوابی است و اگر برای شیر دادن و مراقبت از کودک شیرخوار شبی بیدار گردد پاداشی معادل آزاد کردن هفتاد بنده در راه خدا دارد»

در چند روایت نورانی از جمله در روایت نقل شده از حضرت امام جعفر صادق (ع) برای مادر شیرده اجر مجاهد در راه خدا منظور شده و حتی برای مادری که در چنین زمانی از دنیا برود اجر شهادت قائل شده است.

اجر ترویج تغذیه با شیر مادر

در حدیث است که دعوت کننده به کار خیر همانند عمل کننده به آن است و این عبارت نوید بخش آن است که ترویج تغذیه با شیر مادر نیز مشروط به پاکی و صفای نیت، انسان را از اجر بسیار شیر دادن به کودک بهره مند می‌سازد؛ لذا امید می‌رود هر تلاشی که در مورد ترویج تغذیه با شیر مادر صورت گیرد انسان را از چنین ثوابی منتفع می‌سازد بی آن که چیزی از اجر مادر شیرده بکاهد. سخن با حدیث گران‌قدر دیگری به پایان می‌رسد «کسی که دانشی را منتشر کند، برای او اجر عمل به آن خواهد بود» (۱۵).

بنابراین به طور خلاصه می‌توان بیان نمود که:

- در قرآن کریم حداقل ۸ بار به تغذیه کودک با شیر مادر اشاره گردیده شده است.
- در روایات معصومین علیهم السلام نیز در مورد شیر مادر، اهمیت و ارزش آن و حتی آداب شیر دادن مطالب بسیاری وجود دارد.
- براساس رهنمودهای اسلامی، شیر دادن از پستان، یک ارزش است و مادر شیرده اجر مجاهد در راه خدا و عبادت مقبول مداوم را دارد.
- توصیه شده است مادران مدت ۲ سال کامل به کودکان خود شیر بدهند اما حداقل مدت شیر دادن نباید از ۲۱ ماه کمتر باشد.
- دادن آغوز به شیر خوار به عنوان یکی از حقوق کودک مورد تاکید قرار گرفته است.
- شیر مادر به تنهایی تامین کننده آب و غذای کودک تا حدود سن ۶ ماهگی است. از زمان آغاز رویش دندان‌های کودک غذای تکمیلی همراه شیر دادن از پستان توصیه شده است.

- توصیه شده است مادران در هر بار شیر دادن، از هر دو پستان به شیر خوار شیر بدهند و نیز اگر یکی دو بار در نیمه شب به کودک شیر بدهند برای آن‌ها اجر فراوانی خواهد بود.
- پیامبر اکرم (ص) فرموده است برای کودک هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست. دانش روز با بررسی تغییرات کمی و کیفی شیر مادر در طول دوران شیردهی تفسیر مناسبی برای این کلام اعجازآمیز ارائه می‌کند و شیر مادر را حتی برای نوزاد نارس نیز بهترین انتخاب می‌داند.
- ترویج تغذیه با شیر مادر یک عبادت بزرگ و پر ثمر است که از آن کودک، مادر، خانواده و جامعه هم درکوتاه مدت و هم در دراز مدت بهره مند می‌گردند.

نتیجه‌گیری

یکی از بزرگترین اعجازهای قرآن کریم در ۱۴ قرن پیش اشاره صریح قرآن مجید به عدد ۲ سال (۲۴ ماه) می‌باشد زیرا تحقیقات اخیراً، ثابت کرده‌اند که بیشترین فواید شیر مادر برای کودک تا پایان ۲ سال (۲۴ ماه) می‌باشد، همچنین از دیدگاه قرآن کریم برای کودکان مناسب ترین غذا شیر مادر خود اوست حتی اگر نوزاد نارس متولد شده باشد.

اما با توجه به کاهش آمار مربوط به شیردهی در سالیان اخیر در کشور و اهمیت به کارگیری راه‌کارهای مربوط به در ترویج و تداوم شیردهی لازم است تا با توجه به موارد ذکر شده و انعکاس اهمیت دیدگاه قرآن در رابطه با شیر مادر اقدامات لازم در راستای ترویج استفاده از شیر مادر جدی تر تلقی گردد. بنابراین بر اساس دیدگاه قرآن کریم مسأله شیر دادن کودک مسأله‌ای بسیار مهم است و لازم است در چنین امر مهمی تقوای خدا پیشه کنند و امر و نهی او را مراعات نمایند.

Reference

1. Lawrence RA, Lawrence RM. Breastfeeding, A guide for the medical profession. 7th ed. united state of America: Mosby, Elsevier; 2010.p197-8.
2. Unicef. Infant and young child feeding and care. 2004. Available at: http:// www. Unicef.int/. Accessed Jun 8, 2007.
3. Centers for Disease Control and Prevention, Health Resources and Services Administration. Maternal, infant, and child health. Available at: http://www.Healthypeople.govt/document/html/volume 2/16 MICH. htm.
4. Betz C. L, Sowden L. A. Mosby Pediatric Nursing Reference.6 ed, mosIncestc, st Louis. Chapter 60-overweight and obesity in childhood.2008, P.151-85.
5. Kelishadi R, Hashempour M, Famouri F, Sabet B. The impact of breast feeding in prevention of obesity in children. Journal of Qazvin Univ.Of Med.Sci.2005;35:87-93. (In Persian)
6. Burly Moore J, Gaffney K, Pawlosk l. Maternal child nutrition practice and pediatric overweight/obesity in the united state and Chile. A comprehensive study. Journal of Pediatric Nursing .2011 ;27(5):44-49.
7. Reza soltani P, Hasanzadeh A, Ghanbari A. The Relationship between Breastfeeding and Body Mass Index in Primary School Children of Rasht/Iran. IJNR. 2011; 5 (19):35-44. (In Persian)
8. KhadivzadehT, Karimi A. The effects of post-birth mother-infant skin to skin contact on first breastfeeding. IJNMR 2009; 14(3).111-16. (In Persian)
9. Hockenberry MJ, Wilson D. Wongs Nursing care of infant and children. 8th Ed, Philadelphia, sT. louis, mosbey, Elsevior;20۰۷.110-118.
10. Hockenberry MJ, Wilson D. Wongs Nursing care of infant and children. 10 th ed, Philadelphia, T. louis,mosbey ,Elsevior;2011.140-48.
11. Symon AG, Whitford H, Dalzell J. Infant feeding in Eastern Scotland: A longitudinal mixed methods evaluation of antenatal intentions and postnatal satisfaction-The Feeding Your Baby study. Midwifery. 2012; 14(2):21-32.
12. Ayatollah Meshkini translation of the Holy Quran.
13. Hore Ameli. Vasaelo Shieae.15 thed;2009.
14. Breastfeeding Promotion and Support in a Baby-Friendly Hospital. Section 3.2 session outlines (20 Hour Course for Maternity Staff) Unicef-WHO-2009.15. Esfahani MM. Breast Feeding in Children. 2nd ed. Tehran: Tandis Press;2007.13-44

جلوگیری از حاملگی در فقه اسلامی و نظر فقها با محوریت قرآن و روایات و افزایش جمعیت

شکرالله جهان مهین[1*]، مجیدرضا جهان مهین[2]

۱- گروه معارف اسلامی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم، جهرم، ایران.
۲ - گروه جامعه شناسی، مرکز جهرم شناسی، جهرم، ایران.

چکیده

زمینه و هدف : از منظر دین ازدواج و تولید نسل امری مؤکد و جلوگیری از آن مگر به جهتی معقول و مشروع امری ناروا است . و هدف از پژوهش حاضر ، شناخت حکم فقهی جلوگیری از حاملگی و رابطه ی آن با تنظیم خانواده و کنترل جمعیت است .

مواد و روش ها : تحقیق به روش کتابخانه ای انجام شده است .

نتایج : از منظر اسلام اصیل ترین و شریف ترین راه دوام بقاء نسل ، ازدواجِ سالم همراه با تولید مثل می باشد ؛ و هدف عمده و اصلی در امر ازدواج ضمن ارضاء معقول غریزهٔ جنسی ، پدید آوردن جامعه ای سالم و موحّد از طریق تولید مثل و ازدیاد نسل خواهد بود و روایات متعددی بر فرزند داری و کثرت اولاد تاکید دارند.

نتیجه گیری : اکثر فقها ضمن ضروری دانستن افزایش نسل و رشد جمعیت جلوگیری از انعقاد نطفه را به شرطی که مستلزم انجام حرام نباشد و همچنین شرایطی دیگر (مثلاً قابلیت تولید مثل ساقط نشود و یا با اجازه شوهر باشد و ...) بی اشکال می دانند . ضمن اینکه مسأله تنظیم خانواده با توجه به مقتضیات زمانی که در آن زندگی می کنیم به معنی کثرت و یا تقلیل بی رویه صرف نیست و به دیگر معنی به نظم در آوردن و سامان دادن اعضای خانواده با رعایت اصل تعدیل و تعادل و رعایت حد وسط و عدم افراط و تفریط در فرزندآوری با توجه به جمیع امکانات موجود .

کلمات کلیدی: **ازدیاد نسل، جلوگیری ازحمل، تنظیم خانواده، کنترل جمعیت**

* **نویسنده مسئول: شکرالله جهان مهین،** گروه معارف اسلامی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد جهرم، جهرم، ایران .Emai:jahanmahin62@yahoo.com

مقدمه

شعار زندگی بهتر با فرزند کمتر و نیز زندگی راحت تر با فرزند کمتر، از دو سه دهه اخیر قبل از انقلاب اسلامی در جامعه ایرانی رخ گشود و به خاطر حمایت وسیع و همه جانبه دولت استعماری خود فروخته ستم شاهی در زمانی کوتاه شعار گسترش یافت و عملی گشت تا حدی که شعار غلط به یک نظریه علمی معروف شد و بعد از انقلاب نیز روند آن یکی دو دهه با شدت بیشتری پیش رفت به خصوص در بین خانواده‌های مرفه و خانواده‌هایی که خانم آنان کارمند و شاغل بودند.

اما در دهه اخیر اکثر صاحب نظران اجتماعی و دینی متوجه عیب‌ها و نقص‌ها و پی آمدهای آن شعار یا نظریه شدند به ویژه از نظر کاهش جمعیت و خطر پیری جامعه؛ لذا اندیشمندان آگاه به نقد آن نظریه پرداختند ولی هنوز در بین طرفداران و نقدان نظریه کاهش فرزند مقالات و سخنرانی‌ها و حرف‌های زیادی رد و بدل می‌شود و در این بین نگارنده بر اساس آیات و روایات و نظرات و فتوای فقهای معاصر موضوع کنترل یا افزایش تولید فرزند را تعقیب نمود و به نوشتن مقاله حاضر اقدام کرد.

طرح مسأله

آیا شعار زندگی بهتر با فرزند کمتر شعاری منطقی و علمی و دینی است یا بر عکس شعاری نادرست و به گفته بعضی‌ها شعار استعماری است.

شرح

بدانیم که اولین و مهم‌ترین وظیفه انبیاء در انجام مسئولیت نبوت و رسالت خویش سالم سازی اندیشه‌هاست که از طریق زدودن کفر و شرک و جلوه‌های آن‌ها از اذهان بشر و جایگزین کردن توحید و یکتا پرستی و ابعاد آن در روح و اندیشه انسان عملی می‌گردد که فرمود:

وَلَقَد بَعَثنا فی کُلِّ اُمَّه رَسولاً اَنِ اُعبدوالله وَاجتَنَبوُا الطّاغوتَ. [۱]

در بین هر ملتی پیامبری فرستادیم که آنان را موحّد سازند و از معبودهای دروغین و شرک آور باز دارند.

و پس از سالم سازی اندیشه‌ها، سالم سازی اجتماع از اهم وظایف انبیاء به حساب می‌آید که باید با تکیه بر اصل توحید جامعه‌ای سالم و توحیدی بسازند و در این وادی از جمله عواملی که در سالم سازی فکر و سالم سازی اجتماع اثری موثر و مثبت دارد، ازدواج سالم است؛ لذا قرآن کریم و سنت اهل بیت (علیهم السلام) اکیداً بر امر ازدواج سالم توصیه و اصرار دارند که در این مقاله به سه آیه شریفه و چند حدیث اشاره و اکتفا می‌گردد.

آیه‌ی اول

وَ اَنْکِحُوا الْأیامَی مِنْکُمْ وَ الصَّالِحینَ مِنْ عِبادِکُمْ وَ إِمائِکُمْ إِنْ یَکُونُوا فُقَراءَ یُغْنِهِمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَ اللَّهُ واسِعٌ عَلیمٌ.[۲]

مردان و زنان بی همسر را همسر دهید و هم چنین غلامان و کنیزان صالح و درستکارانتان را.

اگر فقیر و تنگدست باشند خداوند آنان را از فضل خود بی نیاز می‌سازد خداوند وسعت دهنده رزق و آگاه است.

از آغاز این سوره تا به اینجا، طُرق حساب شدهٔ مختلفی برای پیشگیری از آلودگی‌های جنسی مطرح شده است که هر یک از آن‌ها تأثیر به سزایی در پیشگیری یا مبارزه با این آلودگی‌ها دارد.

در این آیه و آیه بعد به یکی از مهم‌ترین راه مبارزه با فحشا که همان ازدواج ساده و آسان و بی ریا و بی تکلف است اشاره شده، زیرا مسلم است که برای برچیدن بساط گناه باید از طریق اشباع صحیح و مشروع غرائز وارد شد.

البته قطع نظر از آداب و رسوم غلط و حتی خرافی و پیرایه‌هایی که دامن گیر ازدواج ساده و مشروع شده است، امر ازدواج یک حکم فطری و هماهنگ قانون آفرینش است که برای بقاء نسل و آرامش جسم و روح وحل مشکلات زندگی، آدمی به آن احتیاج مبرم دارد و آیات و روایات متعدد نیز دلالت بر آن دارند.[۳]

آیه دوم

وَمِنْ آیَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَکُم مِنْ أَنفُسِکُمْ أَزْوَاجًا لِّتَسْکُنُوا إِلَیْهَا وَجَعَلَ بَیْنَکُم مَّوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِی ذَلِکَ لَآیَاتٍ لِّقَوْمٍ یَتَفَکَّرُونَ .[۴]

از نشانه‌های او (خداوند) این که همسرانی از جنس خود شما برای شما آفرید تا در کنار آن‌ها آرام یابید و در بین شما مودّت و رحمت قرار داد و این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند.

در این آیه هدف ازدواج را سکونت و آرامش قرار داده است و با تعبیر پر معنی لِتَسکُنوا مسائل بسیاری را بیان کرده و نظیر این تعبیر در آیه ۱۸۹ سوره اعراف و با تعبیر لِتَسکُنوا إلیها آمده است این آرامش از این جا ناشی می‌شود که این دو جنس یعنی زن و مرد مکمل یکدیگرند و مایه شکوفایی و نشاط و پرورش یکدیگر می‌باشند به طوری که هر یک بدون دیگری ناقص است و از این جا می‌توان نتیجه

---

[۱]- سوره نحل (۱۶) آیه ۲۶

[۲] - سوره نور (۲۴) آیه ۳۲

[۳] - مکارم شیرازی، ناصر، الامثل، جلد ۹، صفحه ۷۷؛ تفسیر نمونه، جلد ۱۴، صفحه ۴۶۳

[۴] - روم (۳۰)، آیه ۲۱

گرفت آنان که پشت پا به این سنت الهی می‌زنند وجود ناقصی دارند. به هر حال این آرامش و سکونت هم از نظر جسمی و هم از نظر روحی و هم از جنبه فردی و اجتماعی است.[۱]

آیه سوم

نِساؤُکُمْ حَرْثٌ لَکُمْ فَأْتُوا حَرْثَکُمْ أَنّی شِئْتُمْ وَ قَدِّمُوا لِأَنْفُسِکُمْ وَ اتَّقُوا اللَّهَ وَ اعْلَمُوا أَنَّکُمْ مُلاقُوهُ وَ بَشِّرِ الْمُؤْمِنینَ .[۲]

زنان شما مرکز بذرافشانی شما هستند، شما هر زمان که بخواهید می‌توانید با آنان آمیزش نمائید و (اثر نیکی) برای خود از پیش بفرستید و بدانید او را (خداوند را) ملاقات خواهید کرد و به مؤمنان بشارت ده.

مرحوم علامه طباطبایی از قسمت اول آیه بقاء نسل انسان را نتیجه می‌گیرند و از قسمت دوم آیه (قَدِّمُوالاَنفُسِکُم) بقاء دین و بقاء نام خدا را که می‌فرماید:

خدا میان مردان و زنان دوستی و مهربانی برقرار کرده است، (اشاره به قسمتی از آیه ۳۱ سوره روم) که فرمود وَجَعَل بَینَکُم مَوَدَهٔ و رَحمَهٔ از این رو غرض تکوینی از امر ازدواج این است که وسیله‌ای برای بقاء نوع بشر فراهم شود و معلوم می‌شود که منظور از جمله (قَدِّموالِانفُسِکُم) خطاب کردن مردان یا مجموع مردان و زنان به آن؛ ترغیب در امر ازدواج و زناشویی و نگهداری نوع انسان به وسیلهٔ آن است و خدای متعال از نوع انسان و بقائش مقصودی جز پایندگی دین و ظهور توحید و پرستش او با تقوای عمومی ندارد.[۳]

و باز در ذیل (وقَدِّموالانفُسِکُم) می‌خوانیم که این جمله در حقیقت اشاره به این نکته است که هدف نهایی از آمیزش جنسی تنها لذت و کامجوئی نیست بلکه افراد با ایمان باید از این موضوع برای ایجاد پرورش فرزندان شایسته استفاده نمایند و این خدمت مقدس تربیتی را به عنوان یک ذخیره معنوی برای فردای خود از پیش بفرستند و به این ترتیب قرآن هشدار می‌دهد که در انتخاب همسر اصولی را رعایت کنند که نتیجه آن پرورش فرزندان صالح و تهیه این ذخیره بزرگ اجتماعی و انسانی است.[۴]

آیات گذشته مسلمین را به انجام ازدواج سالم تشویق و ترغیب نمود و آنان را به انتخاب همسر شایسته فرا خواند تا بدین وسیله غریزه جنسی به طور طبیعی و معقول ارضا کنند و موجبات دوام نسل و بقا نوع را فراهم سازند و عاملی موثر در تولید فرزندان مومن و صالح باشند، باشد که جامعه‌ای سالم و موّحد و یکتا پرست به وجود آید و از طرفی دیگر از آنجایی که شخص پیامبر اکرم و ائمه اطهار (علیهم السلام) مفسرین واقعی قرآنند در راستای تبیین آیات ازدواج رهنمودهای ارزشمندی به بشریت ارزانی داشته‌اند که به برخی از آن‌ها به تناسب اشاره می‌شود.

الف) ازدواج سنت نبوی

۱- عَن اَبی عَبدالله (عَلیه السَّلامُ) قالَ: قالَ اَمیرُالمومنینَ (عَلَیه السَّلامُ) تَزَوّجوا فَاِنَّ رَسُولُ الله (صَلّی اللهُ عَلَیه وآله وسَلَم) قالَ، مَن اَحَبّ اَن یَتَّبِعَ سُنّتی فَاِنَّ مِن سُنَّتی التَزویج.

امام صادق (علیه السلام) فرمود که امیرمؤمنان علی (علیه السلام) فرموده: ازدواج کنید که همانا رسول خدا (صلی الله علیه و اله و سلم) فرمود: هر کس دوست دارد که پیرو سنت من باشد، از جملهٔ سنت‌های من ازدواج کردن است.[۵]

۲- عَن اَبی عَبدالله (علیه السَلام)، قالَ: قالَ رَسولُ الله (صَلی الله علیه وَاله وَسَّلم) مَن تَزَوَّجَ اَحرَزَ نِصفَ دینِهِ و فی حدیثٍ آخر فلیتَّقِ اللهَ فی النصفِ الاخَر اَوالباقی.

---

[۱] - مکارم شیرازی، ناصر، الامثل، جلد ۱۰صفحه ۱۳۹؛ تفسیر نمونه جلد ۱۶ صفحه ۲۹۲

[۲] - بقره (۲)، آیه ۲۳۳

[۳] - طباطبایی، سید محمد حسین، المیزان، جلد ۲، صفحه ۱۸۳، ترجمه آن جلد ۳ صفحه ۳۰۸

[۴] - مکارم شیرازی، ناصر، الامثل، جلد۱، صفحه ۵۴۷، تفسیر نمونه، جلد ۲، صفحه ۹۷

[۵] - کلینی، محمد بن یعقوب، فروع کافی، منظم به اصول کافی، جزء دوم، صفح ۶۱۵، باب ۸، نکاح، حدیث ۵۶۲۹

باز آن حضرت فرمود که رسول خدا (صلی الله علیه و اله و سلم) فرموده: هرکس ازدواج کند نصف ایمان خود را حفظ کرده است و در حدیثی دیگر فرموده پس تقوای الهی راپیشه کنید و در حفظ نصف دیگر ایمان و یا مابقی ایمان خود.[۱]

ب) تزویج با زنان مهربانِ فرزندزا

۱- عَنِ النَبّی (صَلَّی اللهُ عَلَیه وآلِه و سَلَّم) قالَ تَزَوّجُوا الوَدودَ الولُودَ فَاَنی مُکاثِرٌ بِکُم الاُمُمَ یَومَ القیامَه.[۲]

پیامبر اکرم (صَلی الله عَلیه وَ آله و سَلَّم) فرمود با زنان مهربان و فرزندزا ازدواج نمائید که همانا من به کثرت جمعیت شما در قیامت نسبت به امت‌های دیگر افزونی می‌طلبم.

۲- عَن النبّی (صَلی الله عَلیهِ و آله و سَلّم) اِمرأۀ وَلودٍ اَحَبَّ الی الله مِن اِمراهٍ حَسناء لاتَلَد.[۳]

نبی اکرم اسلام (صَلَّی اللهُ علیه و اله و سلم) فرمود: زن فرزند زا در نزد خداوند محبوبتر است از زن زیبایی که فرزند نمی‌زاید.

۳- جابربن عبدالله یَقُول کُنّا عِندَ النبّی (صلی الله علیه و اله و سلم) فَقالَ اِنَّ خَیرَنساءِکُمُ الوَلودُ العَفیفَهُ العَزیزه فی اَهلِها الذّلیله معَ بَعلِها. المتبرجه مَعَ زَوجَتِها الحصان مَعَ غیره.[۴]

جابربن عبدالله انصاری می‌گوید در خدمت نبی مکرم اسلام بودم، حضرت فرمود: همانا بهترین زنان شما زنی است که فرزندزا، مهربان، عفیفه، عزیز در نزد بستگانش و مطیع شوهر باشد و زیبایی خود را برای شوهرش آشکار کند و بر غیر او محفوظ باشد.

ج) مباهات پیامبر (ص) در قیامت

۱- عَن اَبی جَعفَر (علیه السلام) قالَ، قالَ رَسولُ الله (صَلی الله علیه و اله و سَلم) تَزَوجوا بِکراً وَلُوداً ولاتَزَوَّجُوا حسناً جَمیله عاقراً فَانی اُباهی بِکُم الاُمَم یَوم القیامَه.[۵]

امام باقر (علیه السلام) فرمود که رسول خدا (صلی الله علیه و اله و سلم) فرموده با زنان باکره و فرزندزا تزویج کنید ولی با زنان زیبا چهره نازا ازدواج ننمایید و همانا من در قیامت در بین ملت‌ها به شما مباهات می‌ورزم.

۲- عَن اَبی الحَسَنِ الرّضا (علیه السلام)، قالَ: قالَ رسولُ الله (صَلی الله علیه و اله و سلم) لِرَجّلٍ تَزّوجها سواءً وَلوداً ولاتَزوجها حَسناء عاقراً فَانّی مُباهٍ بِکُمُ الاُمَم یَوم القیامَه.

ابی الحسن، امام رضا (علیه السلام) فرمود که رسول خدا به مردی فرمود: با زن سیاه چهره فرزندزا ازدواج کن، ولی زن زیباروی نابارور را به تزویج خود در نیاور، همانا من در روز قیامت به شما بر امت‌های دیگر مباهات می‌نمایم.

سخنی از امام خمینی (رحمت الله علیه)

نکاح از مستحبات موکد است، آنچه در تشویق بر آن و متقابلاً در مذمت بر ترک آن وارد شده از نظر کثرت قابل شمارش نیست، از مولای ما امام باقر (علیه السلام) است که فرمود حضرت رسول (صلی الله علیه و اله و سلم) فرموده بنایی در اسلام بنا نشده که در نزد خدای عزوجل محبوب تر از ازدواج باشد و از مولای ما امام صادق (علیه السلام) است که: دو رکعت نمازی که شخص متزوج می‌خواند از هفتاد رکعتی که شخص عزب می‌خواند بهتر است. در خبر از پیغمبر (صلی الله علیه و اله و سلم) است که اکثر اهل آتش عزب‌ها هستند.

---

[۱] - همان، حدیث ۵۶۲۶

[۲] - انصاری، قدرت الله، موسوعه احکام الاطفال و ادلتها، جلد ۱، صفحه ۵۴ ، حدیث ۳

[۳] - انصاری، قدرت الله، موسوعه احکام الاطفال و ادلتها، جلد ۱، صفحه ۵۴ ، حدیث ۳

[۴] - کلینی، محمد بن یعقوب، فروع کافی، منظم به اصول کافی، جزء دوم، صفحه ۶۳۱، باب ۴، نکاح حدیث ۵۶۰۶

[۵] - همان، حدیث ۵۶۴۹

سزاوار نیست که فقر و احتیاج مانع از ازدواج باشد بعد از آن که خدای عزوجل فرموده که غنی می‌کند و گشایش (در زندگی) می‌بخشد (به کسانی که ازدواج کنند).[۱]

از پیغمبر (صلی الله علیه و آله وسلم) است: کسی که ازدواج را به خاطر ترس از احتیاج و فقر ترک نماید یقیناً بدگمان به خدای عزوجل شده است.[۲]

جلوگیری از حاملگی از نظر فقه و فقها

موضوع جلوگیری از حاملگی از جمله مسائلی است که هم در کتب فقه از آن بحث می‌شود و هم مورد توجه در علم پزشکی روز است که مهم‌ترین راه‌های آن عبارت است از:

عزل، یعنی بیرون ریختن منی از رحم پس از مقاربت

شاید قدیمی ترین را ه پیشگیری از تولید مثل عزل باشد که یکی از مسائل فقهی و روائی است که در روایت می‌خوانیم:

مِن یعقوب الجعفی قال سَمِعتُ ابالحسن (علیه السلام) یَقولُ لابِئسَ بِالعَزلِ فی سِتّه وُجوه اَلمَرأه التّی اَیقَنتَ اَنها لاتلد وَ المُسِنّه والمَرأه السَّلیطَه والبَذِیّه ، والمَرأه التَی لاتَرضَعُ وَلَدَها ولاَمَه.[۳]

امام ابوالحسن علیه السلام می‌فرمود در شش مورد عزل بلا اشکال است نسبت به زنی که یقین داری بچه دار نمی‌شود، زن پیر، زن زبان دراز، زن بد زبان، زنی که فرزند خود را شیر نمی‌دهد و کنیز.

نظر فقهی امام خمینی (رحمت الله علیه) و فقها

جواز «عزل» اشکالی ندارد و عزل عبارت است از بیرون آوردن آلت به وقت انزال و خالی نمودن منی به خارج از رحم در غیره زوجهٔ دائمی و هم چنین است در زوجهٔ غیر کنیز دائمی با اذن او اما بدون اذن او دو قول است که مشهورترین آن با کراهت است و این قول اقوی است بلکه در زنی که معلوم است که بچه نمی‌آورد و زن مسن و سلیطه (زبان دراز) و زن بدزبان و زنی که فرزندش را شیر نمی‌دهد.

عدم کراهت بعید نیست کما این که اقوی واجب نبودن دیه نطفه بر او است اگر چه به حرمت آن قائل شویم.[۴]

و نظر اکثر قریب به اتفاق فقهای زمان حاضر نیز همین است.[۵]

جلوگیری با استفاده از دانش و ابزار پزشکی

امروزه غیر از عزل راه‌های دیگری نیز برای جلوگیری از حاملگی در علم پزشکی وجود دارد مانند خوردن دارو، تزریق آمپول و عمل جراحی که به نظر مراجع بدون اشکال است، البته با رعایت شرایط خاص.

نظر مراجع عصر با طرح سؤال و جواب

آیت الله گلپایگانی

سوال: بسیاری از زنان مسلمان برای جلوگیری از بارداری قرص و دارو می‌خورند و یا سوزن می‌زنند، برای این که نطفه در رحم منعقد نشود و بچه دار نشوند، آیا جلوگیری از انعقاد نطفه به انحاء مذکور جایز است و هم چنین بعضی مردان در موقع انزال منی را بیرون می‌ریزند، آیا سالم بودن زن و مریضه بودن زن در این مسئله فرقی دارد؟

---

[۱] - همان، حدیث ۵۶۵۱

[۲] - موسوی خمینی، سید روح الله، تحریر الوسیله، جلد ۲، صفحه ۲۳۷ و ترجمه علی اسلامی، جلد سوم، صفحه ۴۲۱

[۳] - شیخ صدوق، محمد، من لا یحضره الفقیه، جلد ۳، صفحه ۲۸۱، نکاح، باب ۱۳۲

[۴] - امام خمینی، سید روح الله، تحریر الوسیله، جلد ۲، صفحه ۲۴۲، مساله ۱۴

[۵] - نگاه: به عروه الوثقی کتاب نکاح و حواشی فقها بر آن

جوابِ حضرت آیت الله: در فرض سؤال اگر جلوگیری از بارداری با اشیاء مذکوره موجب نقص و فلج و عقیم شدن شود جایز نیست و اگر موجب فلج عضو نشود بلکه موقتاً جلوگیری از انعقاد نطقه شود مانعی ندارد و در صورتی که ضرر دیگری برای بدن نداشته باشد لکن آن را ادامه ندهد زیرا کثرت نسل مسلمین مطلوب است.

بلی اگر حمل خطر یا ضرر بدنی برای زن داشته باشد می‌توانند مطلقاً مادامی که ضرر دارد جلوگیری کند و در مورد مردان چنانچه بیرون ریختن منی بدون رضایت زوجه باشد کراهت دارد.[۱]

آیت الله خامنه‌ای

سوال: آیا زن سالمی که حاملگی برای او ضرر ندارد جایز است از طریق عزل یا دستگاه دیافراگم یا خوردن دارو و یا بستن لوله‌های رحم از بارداری جلوگیری کند، آیا جایز است شوهرش او را وادار به استفاده از یکی از راه‌های غیر از عزل نماید؟

جواب: جلوگیری از بارداری فی نفسه به طریق عزل اشکال ندارد و هم چنین استفاده از راه‌های دیگر هم اگر با یک غرض عقلانی صورت گیرد و ضرر قابل ملاحظه‌ای هم نداشته باشد و با اجازه شوهر بوده و مستلزم لمس و نظر حرام نباشد اشکال ندارد ولی شوهر حق ندارد همسر خود را به این کار وادار نماید.[۲]

آیت الله مکارم شیرازی

سوال: حکم کاهش رشد جمعیت با استفاده از قرص‌های حاملگی و اعمال جراحی چیست؟

جواب: برای جلوگیری از انعقاد نطفه هر وسیلهٔ مشروعی که بی ضرر باشد و باعث نقص مرد و زن نشود (مثل این که مرد یا زن برای همیشه از قابلیت تولید مثل ساقط شوند) ذاتاً مجاز است ولی اگر مستلزم نظر و لمس نامشروع باشد تنها در صورت ضرورت فردی یا اجتماعی جایز است.[۳]

در پاسخ به سوال دیگری می‌فرماید: توصیه حقیر این است که باید در مساله کنترل موالید مانند همه مسائل اجتماعی از افراط و تفریط پرهیز کرد و تنها مسائل کوتاه مدت را در نظر نگیرند و به واقعیت‌ها توجه کنند نه شعارها.

آیت الله نوری همدانی

راه دوم برای جلوگیری از حاملگی این است که با خوردن قرص یا دارویی مانع رسیدن اسپرم با اوول یا مانع آن دو شود. جواز این عمل دو شرط دارد، شرط اول این که برای زن مضر نباشد و شرط دوم رضایت زن و شوهر در پیشگیری.

و راه سوم برای جلوگیری بستن لوله رحم یا قرار دادن چیزی در داخل رحم است که مانع حاملگی شود.

این عمل در صورتی جایز است که موجب عقیم شدن نباشد مضر هم نباشد و مستلزم حرام دیگری نیز نگردد.[۴]

۵-آیت الله صافی گلپایگانی

عقیم کردن به طور دائم جایز نیست و به طور موقت اگر مستلزم ارتکاب حرامی مثل لمس و نظر غیر جایز باشد جایز نیست مگر این که ضرورت باشد.[۵]

ترغیب به کثرت اولاد و فزونی جمعیت

الف) اشارات قرآنی

---

[۱] - گلپایگانی، سید محمدرضا، مجمع المسائل، جلد دوم، صفحه ۱۷۳

[۲] - خامنه ای، سید علی، رساله اجوبه الاستفتائات، چاپ دهم، صفحه ۲۷۶ و ۲۷۷ .

[۳] - مکارم شیرازی ، ناصر ، احکام پزشکی صفحه ۶۷ ، تنظیم ابوالقاسم علیان نژادی دامغانی

[۴] - نوری همدانی، حسین، فصلنامه فقه اهل بیت، فارسی شماره ۳۳، صفحه ۱۶ و ۱۷

[۵] - صافی گلپایگانی، لطف الله، جامع الاحکام، چاپ دوم، جلد ۲، صفحه ۵۴

خداوند متعال می‌فرماید: مال و فرزند زینت زندگی دنیاست.[۱]

و نیز خطاب خدای تعالی به قوم بنی اسرائیل، پس از توبیخ آنان نسبت به کردار گذشته و تنبیه آنان می‌فرمایند: سپس شما را بر آنان چیره می‌کنیم و شما را به وسیله اموال و فرزندان کمک خواهیم کرد و نفرات شما را بیشتر از دشمن قرار می‌دهیم.[۲]

و باز از زبان حضرت نوح فرموده:

به آنان (کفّار) گفتم از پروردگار خویش آمرزش بطلبید که بسیار آمرزنده است.

تا باران‌های پربرکت آسمان را پی در پی بر شما بفرستد و شما را با اموال و فرزندان فراوان کمک کند و باغ‌های سرسبز و نهرهای جاری در اختیارتان قرار دهد.[۳]

از این ایات استفاده می‌شود که فرزند نعمت الهی و ازدیاد آن به شرطی که قدر نعمت شناسی شود مطلوب و پسندیده است.

نظر مراجع

به گونه‌ای که آیات و روایات گذشته ملهم به کثرت اولاد و کثرت جمعیت بودند همین طور اغلب صاحب نظران اسلامی و اکثر فقهای امامیه و حتی اهل سنت در زمان حاضر کثرت جمعیت را برای جوامع اسلامی ضروری می‌دانند. امّا از آنجایی که انجام هر کاری و به کارگیری هر تجربه‌ای منوط به رعایت شرایطی خاص است تا ثمر بخش باشند و فایده‌های خود را ارزانی کنند. افزایش تولید مثل و کثرت جمعیت نیز از این قاعده کلی مستثنی نیست؛ لذا برخی از مراجع ضمن بیان نظرات خود در افزونی تولید مثل و کثرت جمعیت، به شرایطی از قبیل امکانات اقتصادی، آموزشی، تربیتی، بهداشتی و آنچه لازمه یک زندگی سالم می‌باشد اشاراتی دارند مثلاً:

آیت الله سبحانی

بیان می‌دارد که نشاط خانواده بستگی به فزونی اولاد دارد و تک فرزندی و یا جفت فرزندگی تا مدتی نشاط بخش زندگی هستند. اما در دوران پیری پدران و مادرانی که باید آنان را به خانه پیران انتقال داد نشاط را از آنان می‌گیرید و پس از بیان عوامل کاهش جمعیت و خطرات کاهش و راه‌کارهای جبران کاهش جمعیت می‌نویسد چه بسا کسانی باشند که بخواهند بار دیگر بر خلاف منویات مقام معظم رهبری و خواسته‌های همه روحانیون سیاست قبل و کاهش جمعیت را ادامه دهند که بر مسئولین به خصوص وزارت بهداشت و درمان است که جلو آنان را بگیرنند و نگذارند.[۴]

نظر آیت الله نوری همدانی

می‌نویسد: موضوع تربیت خیلی مهم است اگر انسان تربیت نشود دارای کمال نمی‌شود؛ لذا در صورتی افزایش جمعیت ممدوح است که با تربیت صحیح باشد و گرنه انسان‌های جاهل باعث پیشرفت نیستند و از رسیدن به کمال محروم هستند.

فکر این‌ها را هم باید کرد که انسان‌هایی که به وجود می‌آیند از نظر وضع زندگی تأمین باشند چه کسی است که مسئولیت تعلیم و تربیت و ایجاد شغل و تأمین رفاه و سایر احتیاجات را بر عهده بگیرد.

پیامبر اکرم (صلی الله علیه وآله وسلم) که می‌خواهد امت زیاد شود عزّت و پیشرفت امت را می‌خواهد امّا در عین حال نمی‌توان گفت زیادی فرزند به گونه مطلق پسندیده است و می‌افزاید که: خداوند برای بشر سرپرستی تعیین کرده است که با برنامه‌های صحیح افراد را تربیت کند، پیغمبر و ائمه (علیهما السلام) هم برای جامعه و بشریت زعیمی معین کرده‌اند که باید مدیر و مدبّر باشد.

---

[۱] - سوره کهف (۱۸)، آیه ۴۶

[۲] - سوره اسراء (۱۸)، آیه ۶ .

[۳] - سوره نوح (۷۱)، آیه ۱۲-۱۰

[۴] - سبحانی، جعفر، مرکز مدیریت حوزه های علمیه، خبرگذاری حوزه، پنجشنبه، ۹ آبان ۱۳۹۲

جامعه والی لازم دارد که مسئولیت همه امور با اوست حال اگر والی فکر کند و دید که اگر جمعیت بخواهد زیاد شود اداره آن‌ها مشکل است ناچار باید آن را تقلیل و تحدید کند این کار را خواهد کرد، اینجاست که ولایت فقیه در صورتی که مصلحت اقتضا کند می‌تواند به تحدید نسل اقدام کند.[۱]

ولی می‌دانیم که ولی فقیه زمان، حضرت آیت الله العظمی خامنه‌ای (مُدظله) در شرایط فعلی نه تنها تحدید نسل را نمی‌پسندد که بر عکس مصّر به ازدیاد نسل هستند.

نظراستاد شهید مطهری:

کنترل جمعیت نیرنگ استعماری غربیان است. یکی از موضوعاتی که در اروپا سروصدا به راه انداخته و به همین جهت گفته‌اند دین با مقتضیات و شرایط زمان تطبیق نمی‌کند و مسأله ازدیاد نفوس را مثال می‌زنند و آنان ازدیاد نسل و نفوس از یک حد معینی را برای بشر خطر می‌شمارند؛ لذا پیشنهاد می‌کنند که جلو موالید گرفته شود امّا این مسأله فقط در عصر ما مطرح است در گذشته مطرح نبود.

جراید و مجلات خیلی علیه ازدیاد نفوس تبلیغ می‌کنند ولی این را توجه داشته باشند که مسأله ازدیاد نفوس که اسمش می‌گذارند بمب جمعیت و آن قدر هم گفته‌اند که، یک حس تنفر از بچه دارشدن در مردم ایجاد کرده است. این امر (صحیح نمی‌باشد و به خصوص) در کشور ما صادق نیست.

اسلام هرگز جلو راه بشر چیزی نمی‌گذارد که با مقتضیات ضروری بشر بجنگد. کشورهای اسلامی هنوز به حدنصاب جمعیت نرسیده‌اند، این یک نیرنگ استعماری است که غربیان به کار می‌برند.[۲]

آیت الله صافی گلپایگانی

در دیدار کمیته علمی کنگره بین المللی اخلاق تولید مثل جهرم، ضمن تأکید بر ضرورت برگزاری این همایش فرمودند مضرات تحدید نسل برای همه کشورهای اسلامی به عنوان یک تحدید بالقوه مطرح است.[۳]

باز وقتی از حضرت آیت الله درباره کنترل جمعیت و جلوگیری از ازدیاد فرزند سؤال می‌شود:

جواب می‌فرمایند: آنچه از روایات معصومین علیهم السلام به ما رسیده تشویق و ترغیب به تکثیر جمعیت است چنانچه در حدیث معروف از رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) آمده است که:

ازدواج کنید، نسل را افزایش دهید تا همانا من در روز قیامت به شما نسبت به امت‌های گذشته مباهات کنم حتی به بچه‌های سقط شده.

آنگاه به حفظ هویت اسلامی توصیه می‌کنند و آن را از واجبات اصلی به حساب میآورند و در پایان می‌فرماید: مسلمانان از آثار سیاسی کنترل نسل که به عناوین فریبنده تبلیغ می‌کنند غفلت نکنند.[۴]

نظر فقهای معاصر اهل سنت

در سال ۱۴۰۰ هجری قمری مجلس مجمع فقهی اسلامی در مکه مکرمه برگزار گردید و قطعنامه‌ای با امضاء ۱۷ تن از فقهای معاصر اهل سنت در مورد تحدید نسل صادر گردید که در قسمتی از آن آمده است. نظر به این که جلوگیری از نسل نوعی عمل جاهلی و بدگمانی نسبت به خدای تعالی است، مجلس مجمع فقهی اسلامی به اتفاق آراء مقرر می‌دارد که تحدید نسل مطلقاً جایز نیست و قبلاً

---

[۱] - نوری همدانی، حسین، فصلنامه فقه اهل بیت صفحه ۳ و ۴، شماره ۳۳، تاریخ درج ۱۳۸۸/۱۱/۱۱، وابسته به دایره المعارف اسلامی

[۲] - روزنامه خبر جنوب، دوشنبه، مهر ماه ۱۳۹۲، شماره ۹۴۱۷، صفحه ۳۲ .

[۳] - همان.

[۴] - صافی گلپایگانی، لطف الله، معارف دین، جلد سوم، صفحه ۳۰۵ .

نیز در سال ۱۹۷۷ میلادی هشتمین کنگره علماء اسلامی در قاهره نظراتی مشابه این نظر توسط علماء کشورهای اسلامی داده شده بود.[۱]

آیت الله خامنه‌ای

می‌فرمایند: مسئله جمعیت که به جد هم مورد بحث و اختلاف نظر در جامعه است، مسئله‌ی بسیار مهمی است بلاشک از نظر سیاست کلّی کشور، کشور باید برود به سمت افزایش جمعیت البته به نحو معقول و معتدل همه‌ی اشکالات و ایرادها که وارد می‌شود که بعضی از اشکالات را هم که مطرح می‌کنند ما دیده‌ایم، قابل برطرف شدن و قابل پاسخ دادن است. آنچه مهم است این کشور ما با ظرفیت طبیعی و با ویژگی جغرافیایی سیاسی خود احتیاج دارد به یک جمعیت بیشتر، علاوه بر این همان طور که قبلاً هم گفته‌ام مسئله نمای جوان برای یک کشور یک مسئله اساسی مهم و تعیین کننده است.[۲]

هشدار و اعلام خطر: ناگفته نماند که مخالفین اهل بیت (علیهم السلام) با تبلیغات و برنامه‌های موذیانه خود به تحدید نسل در بین شیعیان تاکید و تشویق دارند اما در بین خود عملاً به کثرت نسل اقدام می‌کنند به خصوص در کشور عزیز ایران که پایگاه و سرزمین اهل بیت است و این امر تا آنجا به پیش رفته‌اند که احساس می‌شود کم کم موازنهٔ جمعیتی پیروان اهل بیت (علیهم السلام) و طرف مقابل بهم خورده است که این خطری بس جدی و بزرگ است که باید به آن توجه خاص و ویژه نمود.

نتیجه‌گیری

یقیناً اگر مفاد آیات و روایات و نظرات دانشمندان دلسوز بی غرض و ارشادات دلسوزانه مراجع عالیقدر و پیام‌های مهم و عالمانه مقام معظم رهبری که فصل الخطاب نظریه‌ها است مبنای عمل کردها قرار گیرد، که باید هم قرار گیرد اثرات مثبت و ارزشمند آن در همه ابعاد مختلف جامعه به خصوص کنترل یا افزایش جمعیت که موضوع بحث است ظاهر می‌شود و نقش اساسی خود را ایفاء می‌کنند. انشاءالله.

منابع

۱- انصاری ، قدرت الله موسوعه احکام الاطفال و ادلتها ، قم ، مرکز فقهی الائمه اطهار .1425هجری قمری
۲- حر عاملی ، محمّد ، وسائل الشیعه ، بیروت ،دار حیاء اتاراث العربی ،۱۳۸۵ هجری قمری
۳- حسینی تهرانی، سیدمحمد حسین ، رساله نکاحیه ،کاهش جمعیت ضربه ای سهمگین بر پیکر مسلمین ، بی جا ،۱۴۱۳هجری قمری ،۱۳۷۰.
۴- خامنه ای ،سیدعلی، رساله اجوبه الاستفتائات ، تهران ، پیام عدالت ،۱۳۸۹
۵- روزنامه خبر جنوب ، دوشنبه۸ مهر ماه ۱۳۹۲، شماره ۹۴۱۷، صفحه ۳۲.
۶- کلینی ، محمد بن یعقوب ، فروع کافی ، منضم به اصول کافی ، قم، احیاءالکتب اسلامی، ۱۴۲۸هجری قمری
۷- صافی گلپایگانی ، لطف الله ، جامع الاحکام ، قم ، انتشارات حضرت معصومه (ص) ،۱۳۷۸هجری قمری
۸- صدوق ، محمد ، من لایحضره الفقیه ،تهران ، دارالکتب الاسلامیه ،۱۴۱۰هجری قمری
۹- طباطبایی ، سید محمد حسین ، المیزان فی تفسیر القرآن، بیروت ،داراحیاء التراث العربی،۱۴۲۷هجری قمری

[۱] - حسینی تهرانی، سید محمد حسین، رساله نکاحیّه، کاهش جمعیت ضربه ای سهمگین بر پیکر مسلمین، ۱۴۳۱ هجری قمری ، صفحه ۱۳۷ ، بی جا
[۲] - خبرگذاری حوزه، نمایش خبر، مرکز مدیریت حوزه های علمیه، پنجشنبه نهم آبان ۱۳۹۲ .

۱۰- مکارم شیرازی ، ناصر، احکام پزشکی ، قم، مدرسه الامام علی بن ابیطالب (ع)،۱۳۸۷ شمسی
۱۱- مکارم شیرازی ، ناصر، الامثل فی تفسیر کتاب الله المُنزل، قم ،مدرسه الامام علی بن ابیطالب (ع) ،۱۳۸۴شمسی ،۱۴۲۶هجری قمری
۱۲- موسوی خمینی ، سید روح الله ، تحریر الوسیله ، قم ، همراه با ترجمه جلد ۳، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم ، بی تا
۱۳- موسوی گلپایگانی ، سید محمدرضا ، مجمع المسائل ، چاپ چهارم ، قم ، دارالقرآن ،۱۴۱۳هجری قمری ،۱۳۷۲شمسی
۱۴- نوری همدانی ، حسین ، فصلنامه فقه اهل بیت، فارسی ، ۱۳۸۸/۱۱/۱۱، شماره ۳۳.

روان شناسی مثبت نگر از نگاه قرآن و احادیث

آمنه کجوری[1]*، سید علا کاظمینی[2]

۱- بخش مشاوره، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.
۲- گروه داخلی، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.

چکیده

داشتن تفکر مثبت و خوش بینی به آینده یکی از موضوعات اساسی برای ایجاد آرامش روحی و روانی و بهبود زندگی نابسامان آدمی است. در روانشناسی مثبت نگر، اعتقاد بر این است که اندیشه‌ها و پندارهای ما، کیفیت زندگی ما را می‌سازند و خوش بینی نشانه‌ای از سلامت روانی، پختگی و نیرومندی انسان به حساب می‌آید. آموختن این که پس از هر شکست، چگونه مسیر افکار خود را به سمت خوش بینی سوق دهیم، مهارتی دائمی به ما می‌دهد که بتوان بر افسردگی و نا امیدی غلبه کنیم. ذهن ما خود جایگاهی است که در آن وجود ما را از جهنم به بهشت و یا بهشت را به جهنم تبدیل می‌کند. وقتی فردی عادت کند پیوسته باخت‌ها، شکست‌ها، کینه‌ها و اتفاقات ناگوار را در نظر خود مجسم سازد نمی‌تواند به زندگی نگاهی مثبت داشته باشد. از سوی دیگر با توجه به تاثیر جهان بینی هر فرد در جهت گیری و چگونگی زندگی آدمی، نمی‌توان نقش دین را در ایجاد و تقویت مثبت اندیشی بی تاثیر دانست. در پژوهش حاضر که مطالب به روش کتابخانه‌ای جمع آوری شده است پس از بیان خوش بینی و مثبت اندیشی از دیدگاه روانشناسی مثبت نگر، آن را بر قرآن عرضه می‌نماید تا ضمن استخراج نظر قرآن در این باره و سنت اهل بیت (ع)، راه کارهای مناسبی برای ایجاد و افزایش مثبت اندیشی در زندگی فردی و اجتماعی ارائه گردد. از نتایج بارز این پژوهش آن است که بسیاری از راه کارهایی که مورد توجه رویکرد روانشناسی مثبت گرا؛ می‌باشد در قرآن کریم و آموزه‌های وحی الهی با ظرافت خاصی به انسان‌ها توصیه شده است.

کلمات کلیدی: **خوش بینی، مثبت نگر، وحی الهی**

*نویسنده مسئول: **آمنه کجوری**، بخش مشاوره، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران. email: kojouris@yahoo.com

مقدمه

پیشرفت‌های سریع فن آوری و اطلاع رسانی، با وجود مزایای فراوان، خلایی را برای انسان معاصر به وجود آورده است. موج فزاینده‌ی بدبینی و افسردگی، یاس و نا امیدی، پایین آمدن سن خود کشی، افزایش طلاق و بزه‌کاری و بسیاری از مشکلات روانی- اجتماعی دیگر، واقعیت‌های انکار ناپذیری هستند که نشان می‌دهند شادی از جوامع بشری رخت بر بسته است. انسان‌ها به قدری سرگرم و شیفته‌ی ماشین (فن آوری) شده‌اند که هویت انسانی خود را با خویشتن و نیز دیگران از دست داده‌اند (۱).

در این راستا گروهی از روان‌شناسان پست مدرن با برافراشتن پرچم مثبت گرایی به کمک انسان‌ها شتافتند و موج امید و خوش بینی را در جامعه رواج دادند و ادعاهایی در جهت تغییر باورها و افکار و به دنبال آن بهبود در روابط فردی و بین فردی ارایه دادند که طرفداران زیادی را به خود جلب کرده است. با توجه به این امر که به اعتقاد مومنین، خداوند به عنوان خالق انسان از تمامی ابعاد وجودی و روحی انسان خبر دارد و این که خداوند، قرآن را نه تنها برای دستورات اخلاق و احکام عبادی وحی نموده است بلکه آن را به عنوان راهنما و دستور العمل‌های زندگی بهتر بشریت برای تمامی قرن‌ها فرستاده است. اوست که می‌تواند، داروها و روش‌های درمان و پیش‌گیری‌های مربوط به آفات و بیماری‌ها را – که از وجود روح نا امیدی در آدمی سرچشمه می‌گیرند- ارائه نماید؛ لذا بر آن شدیم که پژوهشی در کتاب آسمانی در زمینه مثبت اندیشی و خوش بینی داشته باشیم و به این سوال جواب دهیم که آیا توصیه‌های وحی الهی مهر تاییدی بر این رویکرد تازه بنیان هست یا خیر؟

تبیین روانشناسی مثبت گرا

برخلاف روان‌شناسان پیشین که محور پژوهش‌ها و کارهای علمی خود را جنبه‌های منفی و مخرب افکار، باورها و احساس‌های انسان قرار داده و تمام سعی و تلاش خود را بر مدار جنبه‌های اختلال انگیز افکار و ابعاد بیمار گونه روان انسان متمرکز کرده و تمام وقت و

انرژی را روی رفع و زدودن نشانه‌های روانی هزینه می‌کردند، امروزه بسیاری از روان شناسان علاوه بر پرداختن به جنبه‌های مرضی و بیمارگونه روان انسان، به جنبه‌های مثبت افکار، باورها، احساس‌ها و رفتارهای انسان نیز توجه دارند.

در دهه اخیر، روان شناسان مثبت گرا بیشتر بر توانمندی‌ها، شایستگی‌ها و داشته‌های انسان تأکید کرده و بر این باورند که هدف روان شناسی باید بهبود و ارتقای سطح زندگی انسان و شکوفا کردن استعدادها و توانمندی‌های به ودیعه نهاده شده در درون انسان باشد.

براین اساس، روان شناسان مثبت گرا به جنبه‌های مثبت روانی انسان، نظیر مثبت اندیشی، خوش بینی، شادکامی، خلاقیت، هوش هیجانی، خرد مندی، خود آگاهی و مانند آن پرداخته و سعی دارند تا با روش‌ها و نگاه علمی، حضور مولفه‌های مثبت را در ابعاد گوناگون زندگی انسان پر رنگ تر و چشم گیرتر جلوه دهند. در روان درمانی نیز از روی‌کردهای مثبت درمانی، امید درمانی و معنا درمانی بهره گرفته و سعی می‌کنند توجه انسان را به جنبه‌های مثبت وجودی و روانی خود معطوف سازند (۲).

مفهوم خوش بینی از مفاهیم مطرح شده در روان شناسی مثبت است. اگر چه لازمه خوش بینی تکرار جمله‌ها و عبارت‌های مثبت، نیرو دهنده و انگیزه بخش، نظیر«من هر روز گام‌های پیشرفت و ترقی را بر می‌دارم» و «هر روز در مسیر خوش بختی، سعادت و پیروزی سیر می‌کنم» می‌باشد، اما در عین حال، خوش بینی چیزی بیش از این مسایل و عمیق تر از این‌هاست. تلاش‌های پژوهش گران از چیزی ورای این گزاره‌های امیدوار کننده حکایت می‌کند.

نتایج به دست آمده بیانگر این مطلب‌اند که خوش بینی در چگونگی تفکر و تبیین افراد درباره علل رویدادها و حوادث ریشه دارد. هر فردی برای نسبت دادن پدیده‌ای به علتی معین، گرایش‌های خاص خود را دارد که از آن به سبک تبیین یاد می‌شود (۳). از دیدگاه مارتین سلیگمن بنیان گذار روی‌کرد مثبت اندیشی، خوش بینی برای یک زندگی پر معنا یک پدیده ارزشمند است که می‌توان با استوار ساختن باوری مثبت به آینده، خدمت بزرگی به خود و اجتماع کرد (۴).

مثبت اندیشی شکلی از فکر کردن است که برحسب عادت در پی به دست آوردن بهترین نتیجه از بدترین شرایط می‌باشد. شخص مثبت اندیش هیچ گاه مسایل منفی را به رسمیت نمی‌شناسد، بلکه به مقابله با آن می‌پردازد. مثبت نگری، فرآیندی تعمدی و انتخابی است. زمانی که به دنبال خوب می‌گردید، احتمال یافتن آن بسیار زیاد است (۵).

تفاوت افراد خوش بین و افراد بد بین از نگاه روانشناسی مثبت گرا

الف) تداوم؛ گاهی در برابر همیشگی: برخی افراد علل رویدادهای نا خوشایند را همیشگی دانسته و استدلال آن‌ها این است که این گونه رویدادها دوباره تکرار شده و راه گریزی وجود ندارد. از این رو مقاومت و تحمل خود را در برابر مشکلات و سختی‌ها از دست داده و در معرض افسردگی و نا امنی روانی قرار می‌گیرند. اما خوش بینان وقتی با مشکلی رو برو می‌شوند روش منطقی در پیش گرفته و آن را موقتی و قابل حل توصیف می‌کنند، از این رو دچار حیرت و سردرگمی نشده و امنیت روانی خود را از دست نمی‌دهند (۶).

ب) فراگیر بودن؛ خاص در برابر کل: افراد بد بین، علت رخداد هر پدیده و رویداد را کلی و فراگیر دانسته و آن را به چیزهای گوناگون زندگی سرایت می‌دهند، از این رو توان مقابله و تصمیم گیری را از دست داده و دچار نا امنی روانی می‌شوند. اما در مقابل، خوش بینان علت وقوع یک رویداد را خاص همان مورد دانسته و از تصمیم آن در موارد دیگر خودداری می‌کنند. این شیوه باعث می‌شود که آن‌ها کنترل بیشتر و بهتری بر اوضاع و شرایط داشته باشند و از امنیت روانی بهرمند شوند (۷).

ج) شخصی؛ درونی در برابر بیرونی: افراد بدبین، عامل وقوع رویدادهای نامطلوب را خود، یعنی عامل درونی، در نظر گرفته در قبال آن احساس گناه، شرمساری و نا امنی روانی می‌کنند اما در مقابل، خوش بینان هنگامی که با پدیده‌های آسیب زای زندگی رو به رو می‌شوند، تنها خود را مقصر قلم‌داد نکرده و در پی یافتن تأثیر احتمالی سایر عوامل و شرایط در این مشکل بر می‌آیند. این شیوه باعث می‌شود که هم عزت نفس آنان آسیب نبیند و هم با امنیت خاطر به فعالیت ادامه دهند (۸).

نگاه ظریف قرآن از مثبت اندیشی و خوش بینی

آیات قرآن با تأکید بر توانایی‌ها و استعدادهای انسان، افراد را در زمینه مثبت اندیشی یاری می‌کند، غباری بناب (۱۳۸۸) معتقد است: خواندن قرآن و تدبر در آیات آن، نه تنها معنویت افراد را بالا می‌برد، بلکه در زندگی به انسان کمک می‌کند که خود را بهتر بشناسد. قرآن کریم با تأکیدی که بر مثبت اندیشی دارد از جهات مختلف بر روی حالات روحی-روانی انسان تأثیر می‌گذارد (۹).

در قرآن و روایات از مثبت اندیشی به «حسن ظن یا خوش گمانی» یاد شده است.

قرآن می‌فرماید: «الَّذین اَحسَنَ کلَّ شیءٍ خَلَقَهُ (سجده،۷)

«او (خداوند) همان کسی است که هر چه را آفریده، نیکو آفریده است.»

براساس این آیه جهان سراسر خیر محض است، شرور و آفات موجود در جهان قابل تغییر و توضیح است. در واقع احساس ما نسبت به زندگی و جهان اطراف، ناشی از حوادثی نیست که برای ما رخ می‌دهد، بلکه نتیجه‌ی تفسیر ما از حوادث است. فرد خوش بین بهترین تفسیر را برای موارد یاد شده بر می‌گزیند. این خود ما هستیم که تصمیم می‌گیریم که زندگی را چگونه ببینیم و در برابر اتفاقات مختلف چه عکس العملی داشته باشیم (۱۰).

در تفسیر آیه فوق می‌خوانیم: «حسن، عبارت است از هر چیزی که بهجت آورد و انسان به سوی آن رغبت کند و به سه حالت است: ۱-عقل آن را نیکو بداند. ۲-نفس آن را نیکو بداند. ۳-از نظر حسی زیبا باشد.

حقیقت حسن عبارت است از سازگاری اجزای هر چیز نسبت به هم. دقت در خلقت اشیا که هر یک دارای اجزایی موافق و مناسب با یکدیگر است و این که مجموع آن اجزا مجهز به وسایل رسیدن آن موجود به کمال و سعادت خویش است و این که مجهز بودنش به نحوی است که بهتر و کامل تر از آن تصور نمی‌شود، این معنا را به دست می‌دهد که هر یک از موجودات فی نفسه و برای خودش دارای حسنی است که تمام تر و کامل تر از آن موجود تصور نمی‌شود و این که می‌ببینیم موجودی زشت و ناپسند است به دو علت است: ۱- یا برای این است که آن موجود دارای عدمی است بدی و ناپسندی‌اش مستند به آن عدم است مانند ظلم ظالم که ظلم بدان جهت که فعلی از افعال است زشت نیست، بلکه به آن جهت که حقی را معدوم و باطل کند، زشت است.

۲-یا برای این است که آن را با موجود دیگر یا با طبیعت خودمان مقایسه می‌کنیم و از راه مقایسه است که زشتی و بدی عارض می‌شود، مثل خار که در مقایسه با گل زشت است. پس به هر حال هیچ موجودی بدان جهت که موجود و مخلوق است متصف به بدی نمی‌شود (۱۱).

وقتی انسان خردمند در می‌یابد جهان خلقت بر نظام، حسن و لطف و محبت خداوند خلق شده، در وجود خود از این همه لطف و رحمت خداوند احساس شادمانی می‌کند. قرآن کریم این شادمانی را تأیید می‌کند و می‌فرماید:

«قُل بِفضلِ الله و بِرَحمَتِه فبذَلکَ فلْیَفْرَحُوا هُوَ خَیرٌ مِماّ یجمعون» (یونس،۵۸)

«بگو پس باید به فضل خدا و بخشایش او شاد باشند که آن بهتر از آنچه جمع می‌کنند» (۱۳).

بررسی آیات قرآن کریم نشان می‌دهد که اغلب تأکیدها بر خوبی‌ها، درستی‌ها و نقاط قوت افراد است و ضعف و کژی کمتر مورد توجه قرار گرفته است. پروردگار عالم با تأکید به توانایی‌ها و ظرفیت بشر می‌فرماید:

وَاِذْ قالَ رَبُّکَ لِلْملئکَةِ اِنّی جاعِلٌ فی الارضِ خَلیفَةً (بقره۳۰)

«و چون پروردگار تو به فرشتگان گفت: من در زمین جانشینی خواهم گماشت»

و (فَاِذَا سَوَّیْتَهُ، وَنَفَختُ فِیهِ مِن رُّوحِی فَقَعُوالَهُ و سَجِدِینَ (حجر:۲۹)

«پس وقتی آن را درست کردم و از روح خود در آن دمیدم، پیش او به سجده در افتید»

یا (لَقَد خَلَقنَا الاَنسنَ فِی اَحسَنِ تقوِیمٍ) (تین:۴)

به راستی انسان را در نیکوترین اعتدال آفریدیم.

و یکی از آیه‌های مهم در زمینه مثبت اندیشی و گمان نیکو داشتن را ما در تفسیر آیه ۱۲ سوره حجرات می‌بینیم:

یا ایُّهَا الَذینَ ءَ امَنُو اَجتَنِبوا کثیراًمِنَ الظّنِ اِنَّ بَعضَ الَّظن اِثمٌ ولَاتَجَسَّسُوا

ای آنان که ایمان آوردید دوری گزینید از بسی گمان‌ها چه پاره‌ای از گمان‌ها گناه است و کاوش در کار مردم نکنید

یکی از داشته‌های انسان‌ها گمان است که براساس ساخته‌های ذهنی افراد است. هنگامی که این تصورات همراه با دلیل و پشتوانه عقل باشد علم می‌شود اگر با عقل نباشد ظن است.

افرادی که سو ظن دارند همه چیز را منفی و بد می‌بینند اصل را بر اتهام می‌گذراند و منفی می‌بینند و با آن منفی زندگی می‌کنند. گروهی از انسان‌ها مثبت می‌بینند و خوب می‌بینند و اصل را بر برائت می‌گذراند تا آن که خلاف آن ثابت شود.

در قرآن خداوند متعال چنین آموزش می‌دهد که بنا بر حسن ظن بگذراند و انسان‌ها را تشویق می‌کند که دیدگاه خود در مورد خلقت را براساس مثبت نگری بنا نهند و با همین شیوه فکر کنند و در ادامه آیه با صراحت می‌فرماید اجتناب کنید. به این منظور که اگر ما عملی را از انسانی دیدیم و احتمال می‌دهیم که اهانت باشد، اول باید بگوییم این فرد قصد مثبت داشته است و خیر است، نگوییم سلام فلانی بی طمع نیست و یا کاسه‌ای زیر نیم کاسه است.

آموزه‌های قرآنی بر این مطلب تأکید دارند که افراد جامعه ایمانی، در امور خویش، نه تنها مثبت و شایسته عمل می‌کنند بلکه درباره‌ی سایر افراد دیگر جامعه نیز نگاهی مثبت داشته و اعمال و رفتار آنان را بر امور هنجاری مثبت تفسیر می‌کنند.

در آیه ۱۲ سوره مبارکه نور باز انسان به حسن ظن و گمان نیکو، تشویق شده است.

دین و شریعت مانند راهی است که انسان‌ها را به آب حیات و دانش و نشاط می‌رساند و انبیا بشر را زنده می‌کنند. در روایات اهل بیت (ع) نیز به شادی و مثبت اندیشی و شاد کردن اهمیت بسیار داده شده است.

چنان که پیامبر (ص) می‌فرمایند: «ان احب الاعمال الی الله عزوجل ادخال السرور علی المومنین» (۱۳) دوست داشتنی ترین کارها نزد خدای عزوجل شاد کردن مؤمنان است».

شبیه همین روایت از امام باقر و امام صادق (ع) هم نقل شده است. در واقع شادمانی را باید در خود ایجاد کرد و این امر جز از راه مثبت اندیشی حاصل نمی‌شود. «فرد مثبت اندیش لذت بردن را به خودش می‌آموزد. او انتظار دارد لذت ببرد و بنابراین، آن را می‌یابد. هرچه را بجویید همان را خواهید یافت. این یکی از قوانین اساسی زندگی است. پس به دنبال شادی باشید تا آن را بیابید» (۱۴).

برای این که از خود چهره‌ای شاد بسازیم و نگرش مثبت را در خود تقویت کنیم لازم است که به استعدادها و توانایی‌های خود توجه داشته باشیم. فضل و رحمت خدا همه نعمت‌های مادی و معنوی است که خداوند به ما عطا نموده است.

به خاطر آوردن این فضایل و رحمت‌ها شادی آفرین است و برای یک انسان خوش بین شادی یک قاعده است و ناراحت بودن یک استثنا. چون فضل و رحمت الهی دائمی است نه موقت.

در واقع شادی‌های اصیل باید ریشه‌های اصیل داشته باشد.

در عین حال در آیات فراوانی از قرآن به این فضائل و الطاف اشاره شده است مثلاً در آیات سوره شوری آمده است:

«هو الغفور الرحیم» «او آمرزنده مهربان است» (شوری، ۵).

«یبسط الزرق لمن یشاء» (شوری ۱۲) روزی هر که را بخواهد گشایش می‌دهد.

رزاق فقط اوست و بس. رزاق یعنی روزی آفرین، این نشان الهی است. هر آنچه در دل کوه‌ها و دریاهاست و تمام عناصری که در زندگی ماست از آن اوست و دارای توانمندی کامل در روزگار است و به تغییرات آب و هوا و باد و باران تسلط دارد. خدا به بادها رسالت می‌دهد که کجا ببارند و کجا نبارند. خدا انسان‌ها را در زمین آفرید و این انسان‌ها هستند که باید بکوشند و اهل عطا باشند که سهم بیشتری از مواهب خداوند داشته باشند به هر اندازه که انسان‌ها تلاش کنند به نتیجه می‌رسند.

«یهدی الیه من ینیب» «هر که به خدا روی آورد او را به سوی خود هدایت می‌کند» (شوری، ۱۳).

خداوند به انسان‌ها بشارت داده که شما یک قدم بردارید من چند قدم به طرف شما بر می‌دارم.

گر تو بر من عاشقی، ای محترم پرده بر کش، من به تو عاشقترم

غم مخور که من خریدار توام　　مشتری بر جنس بازار توام

اگر انسان با نفس، شهوات و محرمات و معاصی فایق آمد، یعنی یک قدم به وادی عشق نزدیکتر شده است.

عشق تو می‌کشاندم شهر به شهر کوه به کوه　　مهر تو می‌دواندم پهنه به پهنه، سو به سو

«والذین امنوا و عملو الصالحات فی روضات الجنات لهم مایشائون عند ربهم ذلک هوالفضل الکبیر ذلک الذی یبشر الله عباده الذین امنوا و عملو الصالحات» (شوری،۲۲).

کسانی که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته کرده‌اند در باغ‌های بهشتند. برای آن‌ها هر چه بخواهند نزد پروردگارشان موجود است، این همان فضل بزرگ است. این همان پاداشی است که خدا بندگان خود را که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند بدان مژده می‌دهد.

گاه دنیا بال است گاه دنیا بار است. قرآن دنیا را بال ما معرفی می‌کند. اگر دنیا غایت و هدف باشد مضمون و ناپسند است.

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست　　عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست

کسی که برای آخرت کشت می‌کند خداوند کمکش می‌کند و دنیا را هم دارد. اهل تقوی دنیای شیرین تر از دیگران دارند. از زندگی، همسر، نعمت‌های خداوند لذت می‌برند. هر چیز را عنایت الهی می‌بینند، نگاه آن‌ها نسبت به غم و ماتم ما رایتُ الاجمیلا است. در سیره اهل بیت نمونه‌ی زیبای نگرش مثبت را بعد از حادثه کربلا در کلام زیبای حضرت زینب (س) مشاهده می‌کنیم که بعد از تحمل مصائب فراوان با دیدن سر مبارک برادر چنین فرمود: «ما رایت الاجمیلا» «جز زیبایی چیزی ندیدم» (۱۵).

این مطالب بیانگر این واقعیت است که رفتار انسان‌ها تحت تأثیر نگرش آن‌ها به مسائل و دنیای اطراف است. با نگرش مثبت می‌توان حتی در لحظات سخت، زیبایی دید و چنین نگرشی در سایه ایمان به خدا و توکل به او محقق می‌شود.

در تفسیر سوره شوری آیه ۱۲ خداوند متعال بهشت و روضه جنت را به مؤمنان بشارت می‌دهد که در آنجا هیچ حدی نیست و هر چه بخواهند امضا می‌شود. خدای کبیر پاداشی را که به اهل ایمان می‌دهد فضل کبیر است که در تغییر این آیه بهشت از سه فاز تشکیل شده است که فاز اول لذت‌های مادی است و فاز دوم لذت‌های معنوی و روحی و فاز سوم است که ما آن را درک نمی‌کنیم و انسان را تشویق به عمل الصالحات کرده‌اند - یک عمل بالاتر از کارهای حسنه است – آن‌هایی که به خداوند ایمان آورده‌اند و صالحات در رفتار و عمل نشان دهند، در روضه جنت هستند. در این آیات بسیار زیبا خداوند انسان را امیدوار و با نشاط می‌کند و مؤمنین را تشویق به انجام صالحات می‌کند و اگر انسان‌ها همیشه با یاد خدا زندگی کنند شکوفه‌های امید در دلشان نقش می‌بندد و منجر به سعادت دنیوی و اخروی آن‌ها می‌گردد و نسبت به همه چیز با نیکی رفتار می‌کند. در دیگر آیات قرآن (یوسف، ۱۰۰) داستان حضرت یوسف نمایانگر نمونه بسیار زیبای نگرش مثبت در بندگان مؤمن خداست. حضرت یوسف در اثر جفای برادرانش سال‌ها از خانواده دور شد، رنج زندان کشید، غم غربت تحمل کرد، اما وقتی بعد از بیست و پنج سال پدر را ملاقات کرد، ذره‌ای از غم و اندوه و جفایی که بر او شده بود سخن نگفت بلکه چنین بیان نمود: «... قد احسن بی اذ اخرجنی من السجن جاء بکم من البر و من بعد ان نزع الشیطان بینی و بین اخوتی ان ربی لطیف لما یشاء انه هو العلیم الحکیم»

*خداوند، به من احسان فراوان فرمود که مرا از تاریکی زندان نجات داد و ما را به دیدار هم نائل کرد. پس از آن که شیطان بین من و برادرانم فساد کرد. (و مدتی انداخت) خدای من لطف و کرمش به آنچه بخواهد، تعلق می‌گیرد و او دانا و حکیم است. این اوج فرهنگ مثبت اندیشی است که حضرت یوسف (ع) فقط به موهبت‌های الهی اشاره می‌کند. از چاه و سختی زندان سخنی به میان نمی‌آورد و عامل جفای برادران را شیطان می‌داند (۱۶).

ارزش مثبت اندیشی آن گاه معلوم می‌شود که بدانیم امید و نشاط در سایه خوش بینی حاصل می‌شود.

پیشوایان دین این نکته را در روایات خود تأکید کرده و بزرگان و فقها نیز بابی مستقل برای آن گشوده‌اند.

امام علی (ع) می‌فرماید: «خوش گمانی، از بهترین صفات انسانی و پربارترین مواهب الهی است» (۱۷).

«خوش بینی، مایه آرامش قلب و سلامت دین است» (۱۸).

«خوش بینی اندوه را سبک می‌کند» (۱۹).

«کسی که به مردم خوش گمان باشد، محبت آن‌ها را به خود جلب خواهد کرد».

آموزه‌های قرآنی بر این مطلب تأکید دارند که افراد جامعه ایمانی، در امور خویش، نه تنها مثبت و شایسته عمل کنند بلکه درباره سایر افراد دیگر جامعه نیز نگاهی مثبت داشته باشند و اعمال و رفتار آنان را بر امور هنجاری مثبت تفسیر می‌کند. اسلام بر نمی‌تابد که فردی نسبت به دیگری نگرش و بینشی منفی داشته باشد، زیرا انسان در قرآن به حسن ظن و گمان نیکو، تشویق شده است (نور، ۱۲).

ارزش خوش بینی در زندگی فردی، برای امروز و فردا آنجا خود را بهتر و بیشتر نشان می‌دهد که سر سلسله رسولان هستی، حضرت محمد صلی الله علیه و آله در کنار تقوا و پرهیزکاری، پیروان خود را به خوش بینی توصیه نموده است و می‌فرماید: «انی اوصیکم بتقوی الله حسن النظر لانفسکم، همانا من شما را به تقوا و پارسایی توصیه می‌کنم و به حسن نظر و خوش بینی نسبت به خویشتن سفارش می‌کنم» (۲۱).

افرادی که از زندگی مأیوس و دل زده هستند و اذعان می‌کنند، زندگی شان بیهوده است در واقع چشم دارند، ولی نمی‌بینند، گوش دارند ولی نمی شنوند، اینجاست که راهنمایی و مداوای چنین افرادی مشکل می‌نماید. خداوند حیکم فرمود:

«افانت تسمع الصم او تهدی العمی و من کان فی ظلال مبین» پس آیا تو می‌توانی کران را شنوا کنی یا کوردلان و کسانی را که در ضلالتی آشکارند هدایت کنی (زخرف،۴۰)؟

امام صادق (ع) می‌فرماید: «قال الله عزوجل و جل عبدی المؤمن لا اصرفه فی شیء الا جعلته خیراً له فلیرض بقضائی: خداوند بزرگ می‌فرماید: «بنده با ایمان خود را در هیچ حالی قرار نمی‌دهد مگر آن که همان را برای او مفید و خیر قرار داده باشم. پس باید به قضا و آنچه من خواسته ام راضی باشید» (۲۲).

راه‌کارهای ایجاد خوش بینی

برای ایجاد خوش بینی راه‌کارهای زیر پیشنهاد می‌گردد:

۱-شناخت زیان‌های بدبینی:

یادآوری زیان‌های فردی و اجتماعی منفی نگری و اندیشه درباره آن‌ها، می‌تواند انسان را به مثبت نگری سوق دهد. چون در آن صورت متوجه می‌شویم که هر چند منفی نگری به طور موقت در تسکین حس انتقام یا خودخواهی ما مؤثر است، ولی در واقع، زیان‌های غیر قابل جبرانی در پی دارد که هیچ عقل سلیمی از آن‌ها استقبال نمی‌کند.

مهم‌ترین زیان‌های بدبینی و سو ظن عبارتند از:

-نگاه منفی نگرانه را در انسان تقویت می‌کند و یک حالت گرفتگی و انقباض روحی در وجود انسان ایجاد می‌کند و لذت عبادات را از انسان می‌گیرد به طور کل ایمان کامل با سو ظن جمع نمی‌شود.

-با سو ظن دیگران را متهم می‌بیند و خودش را مبرا و پاک می‌داند و عاملی می‌شود برای تکبر و به دنبال آن عوارض بعدی می‌آید.

-ایجاد معصیت است. کسی که فکرش به دنبال معصیت باشد بالاخره تسلیم آن معصیت می‌شود.

وقتی سو ظن در وجود انسان تشدید و تقویت شود تبدیل به باور می‌شود و دیگری را نه تنها متهم بلکه به عنوان مجرم می‌شناسد.

-انزواطلبی: انسان وقتی حسن ظن به دیگران دارد نتیجه این نزدیکی است، ولی سو ظن باعث جدایی بین افراد می‌شود.

۲-تقویت ایمان

برای رسیدن به مثبت نگری، تکیه گاه و زمینه فکری لازم است، چیزی جز ایمان به خدا و دین باوری نیست. کسی که به خدا و روز جزا اعتقاد داشته باشد، زندگی برای او معنا پیدا می‌کند. استاد مطهری می‌گوید: «روح، به ایمان، اعتقاد و تکیه گاه محکمی احتیاج دارد که در کارها به او توکل کند و امیدوار باشد که وی را در کارها مساعدت می‌نماید. این‌ها همه به منزله مواد لازمی است که برای مزاج روح، لازم است و اگر تعادل و توازن به هم بخورد، دیگر هیچ چیز نمی‌تواند خوشی و آرامش به انسان بدهد» (۲۳).

کارل یونک، روان‌کاو آمریکایی می‌گوید: من صدها تن از بیماران را معاینه کرده‌ام و حتی یک بیمار را ندیدم که اساساً مشکلش نیاز به گرایش دینی در زندگی نباشد (۲۴).

البته وقتی از دین و خداباوری سخن می‌گوییم، منظور اعتقاد حقیقی و ایمان واقعی است. اگر کسی به معاد باور داشته باشد، زندگی دنیوی برای او هدف نخواهد بود. این باور جهت گیری خاصی به او می‌دهد.

هر چه درجه خلوص ایمان به خدا بیشتر و میزان آگاهی افزون تر باشد به همان نسبت، آثار آن در اندیشه، احساس و رفتار فرد، ظاهر می‌شود. انسان در پناه توحید و توکل به خدا، احساس پوچی نمی‌کند، دچار یأس نمی‌شود، یقین دارد تلاشش اثری مثبت و نیکو بر جای خواهد گذاشت و همه حوادث را براساس حکمت الهی تفسیر می‌کند.

۳-پالایش افکار

باید توجه داشته باشیم همه افکار لزوماً صحیح نیستند. در هر شرایطی باید به دنبال شواهدی در تأیید یا رد کردن افکار خود باشیم. گاهی افکاری در ضمیر ناخودآگاه ما وجود دارد ولی از آن بی خبریم و از خود سؤال کنیم که آیا تلقی ما از شرایط با واقعیت مطابق است یا نه؟ آیا شرایط به وجود آمده واقعاً خشم آور است یا نوع نگرش ما باعث شده این گونه ببینیم.

وقتی فردی عادت کند پیوسته باخت‌ها، شکست‌ها، کینه‌ها و اتفاقات ناگوار را در نظر خود مجسم سازد، نمی‌تواند به زندگی نگاهی مثبت داشته باشد. کسی که می‌گوید من باید پولی برای هنگام بیماری کنار بگذارم در واقع با این فکر بیماری خود را تدارک می‌بیند، چرا که معمولاً اتفاقات براساس انتظارات ما روی می‌دهند (۲۵).

۴-توجیه عمل دیگران: یکی از راه‌های مثبت نگری، تصحیح رفتار مردم است. بنابر فرموده امام علی (ع) تا زمانی که می‌توانیم برای سخنان دیگران توجیه صحیحی بیابیم، نباید به آن‌ها گمان بد ببریم (۲۶).

۵-از بین بردن افکار منفی با افکار مثبت

در زندگی، ذهن انسان پیوسته فعال است و افکار و خیال‌های مختلفی در آن به وجود می‌آید که گاه مثبت و خیر است و گاه منفی و شر. حس کینه، حسد، تکبر و احساس گناه بیهوده، افکار و اوهام منفی‌اند و در مقابل، امید، صداقت، تقوا، تواضع و شکر، جزء افکار مثبت به شمار می‌روند.

یکی از راه‌کارهایی که برای مقابله با افکار منفی وجود دارد آن است که آن‌ها را به کمک افکار مثبت از بین ببریم. هر گاه در مواجهه با سختی‌ها سرخورده شدیم، به یاد آیه شریفه (ان مع عسری یسرا) آسانی‌هایی که بعد از سختی‌ها خواهد آمد باشیم. در این مورد می‌توان به آیه شریفه «به راستی که خوبی‌ها، بدی‌ها را از بین می‌برند» نیز اشاره کرد. هر چند «حسنات» در آیه، به کردار مثبت تفسیر می‌شود، ولی در نظر مفسران این آیه، «ان الحسنات یذهبن السئیات» عمومیت دارد و تمام حسنات را شامل می‌شود چه از واجبات، چه مستحبات باشد، امور قلبیه باشد یا خلقیه (۲۷)؟

۶-تمرین

یکی از روش‌هایی که انسان به کمک آن می‌تواند به خصلت‌های مورد نظرش دست یابد، آن است که خود را دارای آن صفت فرض کند و چنان وانمود کند که آن صفت در او وجود دارد. انسان اگر خود را در مسیری بیندازد کم کم در آن مسیر قرار خواهد گرفت. در روایات هم به این مسئله توجه شده است امام علی (ع) می‌فرماید: «اگر صبور نیستی وانمود کن که صبور هستی، زیرا که هرگاه کسی خود را شبیه عده‌ای کند کم پیش می‌آید که جزو آنان نشود» (۲۸). در این روایات، حضرت قانونی را بیان می‌کند که کم استثنا دارد و آن این است که شباهت به هرگروهی، باعث می‌شود انسان به زودی جزو آن‌ها شود. این قانون را می‌توان برای صفات مثبت دیگر مثل خوش بینی و مثبت اندیشی نیز به کار برد. یعنی می‌توان گفت انسان بدبین هم اگر مدتی صفت خوش بینی را تمرین کند، روحیه مثبت اندیشی و خوش بینی در زندگی او ظاهر خواهد شد (۲۹).

۷-فعالیت مفید

یکی از قوای مهم درونی، نفس است که بسیار متلاطم و ناپایدار است. نفس هر لحظه رنگ عوض می‌کند و انسان را به سویی می‌کشد، سرکشی می‌کند و در تلاش است تا عنان انسان را به دست گیرد. انسان به کمک قلب و عقل می‌تواند نفس خود را مهار کند و اجازه تلاش خطرساز را به او ندهد.

استاد مطهری در این باره می‌نویسد:

انسان همیشه باید نفس خود را مشغول کند، یعنی همیشه باید یک کاری داشته باشد که او را متمرکز کند و وادار به آن کار نماید و الا اگر شما به او کار نداشته باشید، او شما را به آنچه که دلش می‌خواهد، وادار می‌کند و آن وقت است که دریچه خیال به روی انسان باز می‌شود. در رختخواب فکر می‌کند، در بازار فکر می‌کند، همین طور در خیال، خیال، خیال و همین خیالات است که انسان را به هزاران نوع گناهان می‌کشد. اما برعکس، وقتی که انسان یک کار و یک شغل دارد، آن کار و شغل، او را به سوی خود می‌کشد و جذب می‌کند و به او مجال فکر و خیال باطل نمی‌دهد. افرادی که به هر دلیلی کار نمی‌کنند یعنی تمام وجودشان از نظر کار کردن و صرف انرژی‌های ذخیره شده در یک حالت تعطیل می‌ماند، در حالی که خودشان هم متوجه نیستند، نیروها سعی می‌کنند که به یک وسیله بیرون آیند، راه صحیح و درست و مشروع که برایش باقی نگذاشته، از طریق غیر مشروع بیرون می‌آیند (۳۰).

پس انسان باید همیشه خود را به کارهای مفید، مشغول و سرگرم کند تا مبتلا به منفی انگاری و تاریک بینی نشود. بیکاری خود به خود انسان را به بدبینی می‌کشاند و اشتغال سبب خوش بینی به جهان خارج می‌شود. در این جهت ورزش و تفریح مناسب در تقویت مثبت نگری تأثیر به سزایی دارد. ورزش و تفریح سالم علاوه بر این که فشار روانی را کاهش می‌دهد روحیه خوش بینی را در افراد قوت می‌بخشد (۳۱).

فرق خوش بینی با ساده اندیشی

هرگز خوش بینی به معنای ساده اندیشی و ساده لوحی نیست. باید بین این دو معقوله تفاوت قائل شد، ساده لوحی بر پایه بی مسئولیتی است برخلاف خوش بینی که آگاهانه و مسئولانه است. مومن در عین حال که به دیگران حسن ظن دارد؛ زیرک، باهوش و حساس نیز هست تا هیچ کس از او سوء استفاده ننماید. اسلام، خوش گمانی را در مواردی نیز مردود دانسته است.

- خوش بینی در شرایط نا مساعد:

امام علی (ع) می‌فرماید: «هرگاه خوبی بر روزگار و مردم آن غالب آید، اگر کسی به دیگری گمان بد برد، در حالی که از او عمل زشتی آشکار نشده، ستم کار است و اگر بدی بر زمانه و مردم آن غالب شود و کسی به دیگری خوش گمان باشد، خود را فریب داده است» (۳۲).

- خوش گمانی در مقابل دشمن:

امام علی (ع) می‌فرماید: «هنگامی که با دشمنت پیمان صلح بستی، از او بر حذر باش؛ زیرا دشمن گاه نزدیک می‌شود تا طرف مقابل را غافل گیر کند. پس در این شرایطی احتیاط را از دست نده و حسن ظن خویش را متهم ساز» (۳۳).

- ساده اندیشی در انتخاب کارگزاران:

دین مبین اسلام بر لزوم رعایت احتیاط در گزینش افراد برای پست‌های کلیدی تاکید کرده است. امام علی (ع) به مالک اشتر می‌فرماید: «در انتخاب منشیان، هرگز به زیرکی و خوش بینی خود تکیه نکن، زیرا مردان زرنگ طریقه جلب نظر و خوش بینی زمام داران را با ظاهر سازی و تظاهر به خوش خدمتی، خوب می‌دانند» (۳۴).

نتیجه‌گیری

قرآن و شریعت مجموعه‌ای کامل و یک‌پارچه‌ای نزد خداوند است که بنا بر سر فصل‌های مورد نیاز بشر از جمله احکام، اخلاق، تاریخ، قصص، امثال، سعادت‌ها و شقاوت‌ها، حکایت‌ها و حلال و حرام و سقوط‌ها و زوال‌ها می‌باشد که ما انسان‌ها در زندگی با اعتماد کامل می‌توانیم به آن تکیه کنیم و مورد استفاده قراردهیم. با توجه به موارد ذکر شده در روانشناسی مثبت گرا، آثار مثبت نگری زیادی از جمله امنیت فکری، غم زدایی، محبت زایی، پیش گیری از گناه و شادی و نشاط و شکیبایی می‌باشد که همگی در قرآن کریم مورد تائید قرارگرفته است و به آن‌ها تاکید شده است. پس با آموختن این که پس از هر شکست، چگونه مسیر افکار خود را به سمت خوش

بینی سوق دهیم، مهارتی دائمی به ما می‌دهد که بتوانیم بر افسردگی و نا امیدی غلبه کنیم. پس انسان مومن نسبت به نظام هستی و خالق آن، حسن ظن و هرچه را از جانب خداوند متعال به او برسد، نیکو می‌شمارد.

حسن ظنی بر دل ایشان گشود — که نپوشند از غمی جامه کبود
هرچه آید پیش ایشان خوش بود — آب حیوان گردد از آتش بود
زهر در حلقومشان شکّر بود — سنگ اندر راهشان گوهر بود
جملگی یکسان بودشان نیک و بد — از چه باشد این زحسن ظن بود

(مولوی)

تشکر و قدردانی

مَن لَم یَشکُرُ المخلوق لَم یَشکُرُ الخالق

در انتها لازم به ذکر است که از جناب آقای دکتر محمد علی انصاری، مفسر قرآن و استاد گرانقدر حوزه و دانشگاه فردوسی مشهد تشکر و قدردانی نمایم که بسیاری از مطالب نوشته شده در این مقاله برگرفته از توضیحات ایشان در جلسات تفسیر قرآن بوده است.

منابع

۱- شفیع آبادی، عبداله و ناصری، غلامرضا، (۱۳۸۴) نظریه‌های مشاوره و روان درمانی، تهران: مرکز مشاور نشر دانشگاهی.
۲- ماتین سلیگمن و همکاران، کودک خوش بین، ترجمه فروزنده داورپناه. ص ۱۴-۱۵.
۳- مارتین سلیگمن و همکاران، کودک خوش بین، ترجمه فروزنده داور پناه، ص ۷۲-۷۳.
۴- مارتین سلیگمن، نظریه درمانگی آموخته شده، ترجمه فروزنده داورپناه، ص ۴۸.
۵- پیل وینسنت نورمن، نتایج شگفت انگیز تفکر مثبت، ترجمه امیر بهنام، ص ۱۷.
۶- علی زینتی، بررسی تاثیر احساس ایمنی- ناایمنی بر حرمت خود طلاب پایه اول و هفتم در سال تحصیلی ۷۸-۷۷، ص ۷۳-۷۴.
۷- علی زینتی، بررسی تاثیر احساس ایمنی- ناایمنی بر حرمت خود طلاب پایه اول و هفتم در سال تحصیلی ۷۸-۷۷، ص ۷۵.
۸- علی زینتی، بررسی تاثیر احساس ایمنی- ناایمنی بر حرمت خود طلاب پایه اول و هفتم در سال تحصیلی ۷۸-۷۷، ص ۷۵-۷۹.
۹- باقر غباری نباب، شادی و روان درمانگری با رویکرد معنویت، تهران، آوران، ۱۳۸۸.
۱۰- محمد حسین توانایی، «بررسی تاثیر مثبت اندیشی از دیدگاه قرآن و حدیث، پژوهشنامه علوم و معارف قرآن کریم، ش۷، تابستان ۸۹، ص ۴۲.
۱۱- طباطبایی، سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، درالکتب الاسلامیه.
۱۲- محمد حسین توانایی، «بررسی تاثیر مثبت اندیشی از دیدگاه قرآن و حدیث، پژوهشنامه علوم و معارف قرآن کریم، ش۷، تابستان ۸۹، ص ۴۳.
۱۳- کلینی،محمد، اصول کافی، ترجمه محمدباقر کمره ای، انتشارات کتاب فروش الاسلامیه.
۱۴- پیل وینسنت نورمن، نتایج شگفت انگیز تفکر مثبت، ترجمه امیر بهنام، نسل نو اندیش، ۱۳۸۸.
۱۵- محمد حسین توانایی، «بررسی تاثیر مثبت اندیشی از دیدگاه قرآن و حدیث، پژوهشنامه علوم و معارف قرآن کریم، ش۷، تابستان ۸۹، ص ۴۵.
۱۶- خوارزمی، ابوموید موفق، مستقبل الحسینی،نجف، مطبقه الزهرا.
۱۷- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، ج ۳، ص ۳۸۸.
۱۸- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، ج ۳، ص ۳۸۴.

۱۹- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، ج ۳، ص ۳۸۵.
۲۰- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، ج ۵، ص ۳۷۹.
۲۱- دیلمی، حسن بن محمد، ارشاد القلوب، ج۱، ص ۷۴.
۲۲- کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، ج۳، ص ۱۰۱.
۲۳- مطهری، مرتضی، حکمت ها و اندرزها، ص ۳۲.
۲۴- نجاتی، محمد عثمان، قران و روانشناسی، ص ۳۲.
۲۵- متیوس، اندرو، آخرین راز شادزیستن، ص۷۳.
۲۶- نهج البلاغه، کلمات قصار، ص ۳۶۰.
۲۷- سید عبدالحسین طیب، اطیب البیان فی تفسیرالقرآن، ج۷، تهران، انتشارات اسلام.
۲۸- نهج البلاغه ، انتشارات دارالهجره، قم، ص ۵۰۶.
۲۹- محمد مهدی صفورایی، از راهکارهای رفتاری ایجاد روحیه مثبت اندیشی در زندگی، مجله پژوهش قرآنی طهورا، ص ۱۸۳.
۳۰- مرتضی مطهری، تعلیم و تربیت در اسلام، تهران، صدرا، ص ۴۱۴- ۴۱۶.
۳۱- محمد مهدی صفورائی، راهکارهای رفتاری ایجاد روحیه مثبت اندیشی در زندگی، ص ۱۶۷.
۳۲- محمد مهدی صفورائی، راهکارهای رفتاری ایجاد روحیه مثبت اندیشی در زندگی، ص ۱۶۸.
۳۳- محمد مهدی صفورائی، راهکارهای رفتاری ایجاد روحیه مثبت اندیشی در زندگی، ص ۱۶۹.
۳۴- محمد مهدی صفورائی، راهکارهای رفتاری ایجاد روحیه مثبت اندیشی در زندگی، ص ۱۶۹.

نقش مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی از منظر قرآن و سنت

علی رضا مختاری*

دانشگاه آزاد اسلامی واحد فسا، گروه علوم قرآن و حدیث.

چکیده

زمان و زمان‌شناسی از مهم‌ترین موضوعاتی است که باید در سبک زندگی اسلامی مورد توجه قرار گیرد، چرا که تمامی رفتارهای انسان در بستر «زندگی» انجام می‌گیرد. به منظور شناخت نظر قرآن و سنت درباره‌ی جایگاه مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، این پژوهش با روش توصیفی تحلیلی نوشته شده است. اسلام بر اهمیت وقت و زمان که در مفهوم «زندگی» و «عمر» تجلّی پیدا می‌کند، بسیار تأکید می‌کند و آن را گران‌بهاترین سرمایه‌ی هر انسان می‌داند. توصیه به «نظم امر» در بیانات ائمه‌ی اطهار(ع)، نشانگر اهمیت قایل شدن اسلام برای برنامه‌ریزی در زندگی است. در فرایند برنامه‌ریزی، توجه به درست‌ترین و مهم‌ترین فعالیت‌ها، جایگاه اول را دارد. آرزوی دوزخیان در برگشت به دنیا برای شروع دوباره، نشان از ارزش بی‌مانند زمان و نیز توجه به اولویت‌ها در زندگی دارد. آموزه‌های قرآن و سنت معصومان (ع) ما را به نوع مظروفی که در ظرف زمان عمر خود می‌ریزیم بسیار توجه داده‌اند و ایمان، سخنان پاک و عمل صالح را تنها اموری دانسته‌اند که با قرار گرفتن در ظرف زمان به سوی خداوند بالا می‌روند و مقبول درگاه او قرار می‌گیرند، به گونه‌ای که حتّا بعد از مرگ نیز فایده و بهره‌ی آن‌ها جریان دارد و به صاحبش می‌رسد. در این میان، برای نهادینه کردن مدیریت صحیح زمان و استفاده‌ی بجا از وقت، وظیفه‌ی اصلی بر عهده‌ی کسانی است که خود را خواص و نخبگان و اندیشمندان جامعه‌ی اسلامی این مرز و بوم می‌دانند. بنابراین لازم است برای فرهنگ‌سازی مناسب در این زمینه، از نهادهای مدّعی فرهنگ‌داری و فرهنگ‌سازی، به خصوص دانشگاه‌ها شروع کرد.

کلمات کلیدی: **سبک زندگی اسلامی، مدیریت اسلامی زمان، قرآن، سنت.**

* **نویسنده مسئول: علی رضا مختاری،** دانشگاه آزاد اسلامی واحد فسا، گروه علوم قرآن و حدیث. Email:dr.ar.mokhtari@iaufasa.ac.ir

مقدمه

آن‌چه در این نوشتار به شیوه‌ی توصیفی تحلیلی مورد بررسی و تحلیل قرار می‌گیرد، یکی از مقوله‌های مهم امور معنوی یعنی جایگاه و نقش مدیریت وقت و عمر در سبک زندگی اسلامی است. به رغم پیش‌رفت فراوان علمی و دست‌یابی به بسیاری از امکانات مدرن مادی، حرف اول در پیش‌رفت یک مملکت را نیروی انسانی کارآمد و متخصص آن می‌زند و کارآمدی و تخصص در ظرف زمان به دست می‌آید. توجه به این نکته لازم است که هدف نهایی در «سبک زندگی اسلامی»، زندگی مطابق با الگوهای خردمندانه و بر اساس پشتوانه‌های دینی، علمی، عرفی و کارآمد است. مدیریت صحیح وقت که قالب «زندگی» را تشکیل می‌دهد، از اساسی‌ترین جنبه‌های سبک زندگی اسلامی است، زیرا هر رفتاری، صحیح یا غلط در ظرف وقت انجام می‌شود. بر این اساس، یکی از مهم‌ترین حوزه‌های «سبک زندگی اسلامی»، اصلاح الگوی مصرف وقت و به تعبیری دیگر «مدیریت اسلامی زمان» است. اگر این مدیریت به طور صحیح انجام نشود، هر کار بیهوده و سفیهانه‌ای، سبک زندگی را هدف قرار می‌دهد و زمان گران‌بها و محدود «زندگی» را پر می‌کند.

اهمیت بحث «مدیریت اسلامی زمان» از جانبی دیگر در این است که سبک زندگی مسلمانان را از عرصه‌های تهاجم فرهنگی شمرده‌اند. مهم‌ترین هدف تهاجم فرهنگی، تباه ساختن وقت و عمر افراد یک جامعه است. با تهاجم فرهنگی، مردم ضدّ ارزش را ارزش می‌پندارند و وقت و زمان مفید زندگی خود را با بیهوده‌گرایی پر می‌کنند. بنابراین، یکی از مهم‌ترین وظایف مسؤولان و اندیشمندان جامعه‌ی ایرانی، توجه جدی به ایجاد الگویی صحیح برای مصرف وقت و زمان است، وقت و زمانی که در مهم‌ترین داشته‌ی هر انسان و ارزشمندترین سرمایه‌ی او یعنی «عمر و زندگی» تجلّی پیدا می‌کند.

اهمیت وقت و عمر در قرآن و روایات

«زندگی» جز زمان چیز دیگری نیست. زمان موهبتی است که خداوند متعال به انسان داده و در اعطای این نعمت، بین بندگانش تفاوتی نگذاشته است. یک ثانیه برای هر انسان، با هر وضعیتی از ثروت و موقعیت اجتماعی و جنسیت، همان یک ثانیه است. آن‌چه از زمان قابل اعتماد است و به طور کامل می‌توان روی آن حساب باز کرد و درباره‌ی آن تصمیم گرفت، همین ثانیه و همین حال است. امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرمایند:

إِنَّ عُمُرَکَ وَقتُکَ الَّذی اَنتَ فیه.[۱]

ترجمه: همانا عمر تو، همین وقت توست که در آن هستی.

رمز استفاده‌ی از زمان، همین زمان حال و همین لحظه است. راز تمام موفقیت‌ها و پیش‌رفت‌ها و حتّا شکست‌ها در نحوه‌ی استفاده از کیفیت و کمیت همین زمان نهفته است. به بیان امیرالمؤمنین علیه‌السلام این لحظه‌ها و ساعات هستند که عمر را تشکیل می‌دهند و با گذشتن آن‌ها عمر به پایان خود می‌رسد.[۲] در تعبیری دیگر، مولا می‌فرمایند:

ما انقَضَت [ما نَقَصَت] ساعَةٌ مِن دَهرِکَ الّا بِقطعَةٍ مِن عُمُرِکَ.[۳]

ترجمه: ساعتی از روزگارت سپری نمی‌شود [یا کم نمی‌شود]، مگر آن که قطعه‌ای از عمرت به پایان می‌رسد.

از جمله نعمت‌های خداوند متعال، عمر است و ما درباره‌ی عمر خود مسؤولیم و نسبت به آن بازخواست می‌شویم[۴]. عمر و زندگی، برترین موهبتی است که هر نعمت دیگری در آن آشکار می‌شود و تحقق پیدا می‌کند. حضرت رسول صلّی‌الله‌علیه‌وآله می‌فرمایند:

إِذَا کَانَ یَوْمُ الْقِیَامَةِ لَمْ تَزِلَّ قَدَمَا عَبْدٍ حَتَّی یُسْأَلَ عَنْ أَرْبَعٍ عَنْ عُمُرِهِ فِیمَ أَفْنَاهُ وَ عَنْ شَبَابِهِ فِیمَ أَبْلَاهُ وَ عَمَّا اکْتَسَبَهُ مِنْ أَیْنَ اکْتَسَبَهُ وَ فِیمَ أَنْفَقَهُ وَ عَنْ حُبِّنَا أَهْلَ الْبَیْتِ.[۵]

ترجمه: چون روز قیامت رسد، هیچ بنده‌ای قدم از قدم بر نمی‌دارد، مگر این که درباره‌ی چهار چیز مورد سؤال قرار می‌گیرد: از عمرش که در چه امری فانی کرده، و از جوانی‌اش که در چه چیزی گذرانده، و از آن‌چه به دست آورده است که از کجا آن را کسب کرده و در چه خرج کرده و نیز از محبّت ما اهل بیت علیهم‌السلام.

دو مورد اول بازخواست، درباره‌ی عمر و جوانی است که ظرف افکار و اعمال است. سومین بازجویی درباره‌ی درآمد و نحوه‌ی خرج آن، و چهارمین مورد درباره‌ی محبت اهل بیت است. دو مورد آخر را می‌توان اولویت‌های برنامه‌ریزی عمر دانست.

انسان‌ها معمولاً وقت خود را فدای مال و ثروت می‌کنند، در حالی که باید مال و ثروت را فدای وقت کنند و آن را وسیله‌ی بهره‌مندی از وقت سازند. حضرت رسول صلّی‌الله‌علیه‌وآله در سخنی دقیق به ابوذر می‌گویند:

یَا أَبَا ذَرٍّ، کُنْ عَلَی عُمُرِکَ أَشَحَّ مِنْکَ عَلَی دِرْهَمِکَ وَ دِینَارِکَ.[۶]

ترجمه: ای ابوذر، بر عمرت بخیل‌تر از درهم و دینارت باش.

نکته‌ی مهم این است که به کارگیری صحیح زمان، مستلزم توجه به قواعد و بایدهایی است که بدون توجه به آن‌ها نمی‌توان از فرصت‌ها استفاده کرد. بایدهای مدیریت صحیح وقت که در آموزه‌های دینی مشاهده می‌شود بسیارند. در این جا به مهم‌ترین موارد اشاره می‌شود. اسلام چنان برای زمان اهمیت قایل شده است که گویی زمان شعور دارد. امام ساجدان علیه‌السلام در سخنی دقیق و زیبا اهمیت زمان

---

[۱]. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۵۸/ح۳۰۲۳.

[۲]. محمد بن علی صدوق، من لا یحضره الفقیه ۳۹۲/۴/ح۵۸۳۴: «السَّاعَاتُ تُنْفِدُ عُمُرَکَ.»؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۲۳۰/۴۶/ح۷: «وَ اعْلَمْ أَنَّ السَّاعَاتِ تُذْهِبُ عُمُرَکَ.»

[۳]. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۶۰/ح۳۰۵۳.

[۴]. تکاثر ۸/۱۰۲: «ثُمَّ لَتُسْئَلُنَّ یَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِیمِ.»

[۵]. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۱۶۲/۷۴/ح۱۶۲.

[۶]. محمد طوسی، الامالی/۵۲۷؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۷۸/۷۴.

و استفاده‌ی صحیح از آن را چنین ترسیم می‌کنند:

امروز، یک روز نو اســـت؛ یک روز تازه که آماده ایســـتاده، ما را نگاه کند. خوبی کنیم، از ما تشـــکر می‌کند و می‌رود؛ بدی کنیم، اخم می‌کند و می‌رود.

خدایا! ما را با این روز، دوست کن؛ گناهی نکنیم که با قهر و خشم از ما جدا شود؛ نه گناه کوچک نه بزرگ. امروز پربرکت‌ترین روزی باشد که تا حالا گذراندیم؛ عزیزترین دوستی باشد که همراهش بودیم و بهترین وقتی باشد که گذراندیم.[۱]

۱. برنامه‌ریزی

اولین و مهم‌ترین اصل برای استفاده‌ی صحیح از زمان، داشتن برنامه‌ای حساب‌شده و دقیق در جهت نیل به اهداف است. وجود برنامه‌ی مناسب و جامع که همه‌ی زوایای زندگی را پوشش دهد، مانند در اختیار داشتن نقشه‌ای است که یک راننده در مسیر پر پیچ وخم از آن بهره می‌گیرد و راهبرد فرد برای دست‌یابی به اهدافش است و در برگیرنده‌ی کوتاه‌ترین و کم هزینه‌ترین مسیر برای رسیدن به هدف است.

برنامه‌ریزی یکی از اصول در سبک صحیح زندگی است. افراد بسیاری هستند که به این اصل اعتقاد ندارند و فکر می‌کنند آن قدر به کار مشغول هستند که وقتی برای برنامه‌ریزی ندارند. اینان مانند مزرعه‌داری هستند که پیش از شروع زمستان تصمیم به ساختن کلبه‌ای گرفت و بدین منظور به قطع درختان پرداخت. نجاری او را دید که عرق‌ریزان و با زحمت زیاد، مشغول کندن درختان است. به او نصیحت کرد که ابتدا باید تبرت را تیز کنی؛ اما او جواب داد که چون سخت مشغول بریدن درختان هستم، وقتی برای این کار ندارم.[۲]

گاهی این انسان حتّا هدفی برای زندگی خود ندارد تا برای آن برنامه‌ریزی کند و به سمت آن حرکت کند. این روزگار است که او را به هر طرفی می‌کشد؛ چرا که چنین فردی قادر نیست وضعیت خود را در زندگی تعیین کند. امیر مؤمنان علیه‌السلام درباره‌ی چنین حالتی می‌فرمایند:

اَعظَمُ الجَهلِ، جَهلُ الاِنسانِ اَمرَ نَفسِهِ.[۳]

ترجمه: بزرگ‌ترین جهل، این است که انسان به امر خود نادان باشد.

«نظم امور» یکی از الفاظی است که در احادیث ما مورد تأکید قرار گرفته است. امیرالمؤمنین علیه‌السلام در وصیت به امام حسن و امام حسین علیهماالسلام، فرزندان و شیعیان خود را به نظم امور دعوت و سفارش می‌کنند:

أُوصِيكُمَا وَ جَمِيعَ وَلَدِي وَ أَهْلِي وَ مَنْ بَلَغَهُ كِتَابِي بِتَقْوَى اللَّهِ وَ نَظْمِ أَمْرِكُم.[۴]

ترجمه: شما و تمام فرزندان و خانواده‌ام و کسانی که نوشتارم به آن‌ها می‌رسد را به تقوای الاهی و نظم امرتان توصیه می‌کنم.

برای ایجاد و برقراری نظم در امور زندگی، لازم است هر چیز در زمان مناسب خود قرار گیرد و این، تعبیر و معنای دیگری از «برنامه‌ریزی» است. در احادیثی دیگر، به ما سفارش شده است که حتّا اگر دو روز از عمرتان باقی‌مانده است، برای آن برنامه‌ریزی کنید. هیچ زمانی نباید مهمل رها شود. امام صادق علیه‌السلام می‌فرمایند:

إِنْ أَجِّلْتَ فِي عُمُرِكَ يَوْمَيْنِ فَاجْعَلْ أَحَدَهُمَا لِأَدَبِكَ لِتَسْتَعِينَ بِهِ عَلَى يَوْمِ مَوْتِكَ.[۵]

---

۱. الامام علی بن الحسین علیه‌السلام، الصحیفة السجادیة/ ۵۲؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۳۰۷/۹۴: وَ هَذَا يَوْمٌ حَادِثٌ جَدِيدٌ، وَ هُوَ عَلَيْنَا شَاهِدٌ عَتِيدٌ، إِنْ أَحْسَنَّا وَدَّعَنَا بِحَمْدٍ، وَ إِنْ أَسَأْنَا فَارَقَنَا بِذَمٍّ. اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ، وَ ارْزُقْنَا حُسْنَ مُصَاحَبَتِهِ، وَ اعْصِمْنَا مِنْ سُوءِ مُفَارَقَتِهِ بِارْتِكَابِ جَرِيرَةٍ، أَوِ اقْتِرَافِ صَغِيرَةٍ أَوْ كَبِيرَةٍ ... اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ، وَ اجْعَلْهُ أَيْمَنَ يَوْمٍ عَهِدْنَاهُ، وَ أَفْضَلَ صَاحِبٍ صَحِبْنَاهُ، وَ خَيْرَ وَقْتٍ ظَلِلْنَا فِيهِ. (ترجمه‌ی دعا از فاطمه شهیدی).

۲. محمد ربانی‌خواه، برنامه‌ریزی و مدیریت زمان، نشریه‌ی حدیث زندگی.

۳. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۲۳۳/ح۴۶۵۷.

۴. سید محمد رضی، نهج البلاغه/۴۲۱؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۲۵۶/۴۲/ح۵۸.

۵. محمد کلینی، الکافی ۱۵۰/۸/ح۱۳۲.

ترجمه: اگر فقط از عمرت، دو روز باقی مانده است، یکی از آن دو روز را به تأدیب خود بپرداز تا از آن برای روز مرگت بهره گیری.

سفارش مولا امیرالمؤمنین علیه‌السلام این است که دغدغه‌ها و کارهای یک سال را بر یک روز تحمیل نکنید. اجرای این سفارش، جز با برنامه‌ریزی صحیح امکان‌پذیر نیست.

فَلَا تَحْمِلْ هَمَّ سَنَتِکَ عَلَی هَمِّ یَوْمِکَ.[۱]

ترجمه: دغدغه‌های یک سالت را بر یک روزت تحمیل نکن.

امام حسن مجتبی علیه‌السلام نیز انسان‌ها را به بهره‌گیری از حال، برای رسیدن به آینده‌ی مطلوب دعوت می‌کنند.

یَا ابْنَ آدَمَ إِنَّکَ لَمْ تَزَلْ فِی هَدْمِ عُمُرِکَ مُنْذُ سَقَطْتَ مِنْ بَطْنِ أُمِّکَ فَخُذْ مِمَّا فِی یَدَیْکَ لِمَا بَیْنَ یَدَیْکَ فَإِنَّ الْمُؤْمِنَ یَتَزَوَّدُ وَ الْکَافِرَ یَتَمَتَّعُ.[۲]

ترجمه: ای فرزند آدم، همانا تو از زمانی که از شکم مادرت خارج شدی، همواره مواجه با کم شدن عمرت هستی. پس از آن‌چه که در دسترس تو است، برای آن‌چه که پیش رو داری برگیر. مؤمن با نگاهی بر آینده، زاد و توشه‌ی لازم را بر می‌گیرد، اما کافر و ناسپاس فقط اکنون را می‌بیند و به فکر سود جستن از لحظه‌ی کنونی است.

این لحظه‌ها و ثانیه‌های کنونی هستند که دقایق را می‌سازند و این دقایق هستند که با قرار گرفتن در کنار یک‌دیگر ساعت‌ها و روزها و هفته‌ها و ماه‌ها و سال‌ها را تشکیل می‌دهند. با تولد، انسان، لحظه به لحظه از عمرش کم می‌شود. از این رو لازم است از همین ثانیه‌ها استفاده کرد و با استفاده‌ی بهینه و کارآمد از زمان حال به ساختن آینده پرداخت و به هدف‌های مورد نظر دست پیدا کرد و این امر، با برنامه‌ریزی امکان‌پذیر است. فقط با برنامه‌ریزی صحیح زندگی است که می‌توان از شکست‌ها و نواقص گذشته و زمان تلف‌شده عبرت گرفت و عمر باقی‌مانده را آباد و حفظ کرد.[۳]

۲. رعایت اولویت‌ها

انجام کارهای غیر ضروری و به تأخیر انداختن امور ضروری از وقت مناسبش را «از دست دادن فرصت» می‌نامند. زمان و زمان‌شناسی الفبای برنامه‌ریزی برای رسیدن به هر هدفی است. اساس مدیریت زمان بر اثربخشی اوقات بنا نهاده شده است. این که برخی کارها در پاره‌ای اوقات بهتر صورت می‌پذیرد، و این که برخی فعالیت‌ها در زمان‌های ویژه بهتر نتیجه می‌دهد، و این که برخی موقعیت‌های زمانی در پیش‌رفت و جهش تمدّنی ملت‌ها مؤثرند، همه بر اثربخشی زمان در برنامه‌ریزی دلالت می‌کند. نخستین گام بهره‌وری مفید از زمان و وقت، نگاه عاقلانه و مدبرانه نسبت به آن است.[۴]

به رغم این که به نظر می‌رسد بسیاری از فرصت‌ها را می‌توان جبران کرد، اما در آموزه‌های دینی تأکید شده است که هیچ فرصتی را نمی‌توان جبران کرد. امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرمایند:

الْفُرْصَةُ تَمُرُّ مَرَّ السَّحَابِ؛ فَانْتَهِزُوا فُرَصَ الْخَیْرِ.[۵]

ترجمه: فرصت مانند ابر می‌گذرد؛ پس فرصت‌های خیر را غنیمت بشمارید.

مولا علی علیه‌السلام فرصت را به ابر تشبیه کرده‌اند. ابرها در آسمان در گذرند و وقتی عبور می‌کنند، هیچ ابری دوباره در آسمان ظاهر نخواهد شد. ابرهای بعدی غیر از ابر رفته هستند. ما اموری را در زندگی جبران می‌کنیم و به نظرمان می‌آید که زمان را جبران کرده‌ایم، اما واقعیت این است که ما فقط امور و کارها را جبران می‌کنیم؛ یعنی آن‌ها را در وقت جدیدی قرار می‌دهیم. آن‌چه جبران می‌شود، کار

---

[۱]. محمد صدوق، من لا یحضره الفقیه ۳۸۴/۴/ح۵۸۳۴.

[۲]. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۱۱۲/۷۵.

[۳]. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۵۹/ح۳۰۳۸: لَو اعتَبَرتَ بِما اَضَعتَ مِن ماضی عُمُرِکَ لَحَفِظتَ ما بَقِیَ.

[۴]. ر. ک: نعیم حمیدی، نگاهی به نظام الگوی مصرف بر اساس تعالیم اسلامی.

[۵]. سید محمد رضی، نهج‌البلاغه/۴۷۱/ح۲۱؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۳۳۷/۶۸/ح۲۳.

انجام‌نشده است؛ نه وقت و زمانی که از کف رفته است. در بسیاری مواقع نیز وقت مناسبی برای کارهای انجام نشده، پیدا نمی‌شود و این گونه کارها هیچ گاه به منصه‌ی ظهور نمی‌رسد. فرصت، همان وقت ما است. اگر ما می‌گوییم فرصت جبران برخی از امور هنوز باقی است، یعنی هنوز زندگی ما به آخر نرسیده است و امکان این وجود دارد که وقتی را و به بیانی دقیق‌تر گوشه‌ای از عمرمان را اختصاص دهیم و کار انجام‌نشده را به سرانجامی برسانیم؛ نه این که زمان بر می‌گردد و وقت، دوباره زنده می‌شود.

از طرف دیگر فرصت خیر یعنی زمان مناسب برای انجام کار خیر. زمان وقتی می‌تواند قید خیر بخورد که مظروفش خیر باشد. مولای امیر مؤمنان علیه‌السلام نگران هستند که نکند ما این زمان‌ها را از دست بدهیم. ارزش زمان بیش‌تر از آن است که هر موضوع بی‌اهمیت و کم‌بهایی در آن قرار گیرد. بلکه باید پاک‌ترین افکار و زیباترین اعمال در وقت مناسب قرار گیرد.

اگر برای اوقات زندگی به گونه‌ای برنامه‌ریزی شود که همه‌ی کارهای ضروری زندگی در ظرف زمانی خود قرار گیرد و اجرا شود، بهترین بهره‌برداری و اثربخشی از وقت شده است و یکی از دو عامل مهم در مدیریت زمان محقق شده است. یعنی بهترین گفتار و اعمال خیر در ظرف زمان قرار گرفته است. فقط در این صورت می‌توان ادعا کرد از فرصت به طور صحیح و مناسب استفاده شده است. البته برای اثربخشی وقت، باید مقطع سنّی و موقعیت شغلی و اجتماعی افراد نیز در نظر گرفته شود.

قَسَمی که خداوند متعال به زمان می‌خورد که انسان در خسران و زیان‌کاری است، مگر آنان که ایمان بیاورند و عمل صالح انجام دهند،[۱] هشداری است برای استفاده‌ی بهینه از عمر و زمان که سرمایه‌ای است بازگشت‌ناپذیر. سرمایه‌ای که باارزش‌تر از طلا است و با سرعتی عجیب در گذر است. طبق وعده‌ی خداوند، همین سرمایه‌ی به ظاهر زودگذر می‌تواند به یک چرخه‌ی ماندگار و زاینده تبدیل شود و نیکی بر نیکی بیفزاید و این سرمایه را غنا بخشد. به گفته‌ی قرآن کریم اگر عمر و زمان، صرف عمل صالح و کلام پاکیزه شود، به سوی خداوند بالا می‌رود[۲] و قبول درگاه الاهی می‌شود و آثارش در جامعه ماندگار می‌شود و برکت می‌یابد. آن وقت است که حتّا بعد از اتمام عمر، از فواید آن می‌توانیم بهره بریم. سنتی که به آن عمل می‌شود، صدقه‌ی که همیشه در جریان است، و فرزندی صالحی که سراسر زندگی‌اش را اعمال خیر فرا گرفته است، از آثار ماندگاری است که حتّا بعد از مرگ مؤمن، او را بهره‌مند می‌کند.[۳] چرا که مؤمن این خیرات جاری را در ظرف زمان زندگی خود به منصه‌ی ظهور رسانده است.

در اهمیت برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی کارها همین بس که زمان در دست‌رس ما نسبت به کارهایی که در آن می‌توان انجام داد، بسیار کوتاه و ناچیز است. فرصت ما برای زندگی بسیار کم است. امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرمایند:

يَا بُنَيَّ إِنَّ الدُّنْيَا قَلِيلٌ وَ عُمُرَكَ قَصِيرٌ.[۴]

ترجمه: ای فرزندم، همانا دنیا کم است و عمر تو کوتاه.

بنابراین چاره‌ای برای انسان خردمند نمی‌ماند که این عمر کوتاه را به امور ضروری اختصاص دهد و آن‌ها را به ترتیب اهمیت به اجرا در آورد. بنابراین ما در برنامه‌ریزی زندگی خود به مرتبه‌های نیاز، یعنی ضرورت، کفایت و رفاه توجه می‌کنیم.

الف. ضرورت (نیاز به امکانات ضروری)، در وهله‌ی اول باید به امکانات اولیه‌ی ضروری یعنی چیزهایی که ادامه‌ی زندگی بدون آن‌ها امکان‌پذیر نیست یا زندگی بدون آن‌ها با مشکل جدی روبه‌رو می‌شود، توجه کرد.

ب. کفایت (نیاز به امکانات مُکفی): مرتبه‌ی دوم، احتیاج انسان به امکاناتی است که برای ادامه‌ی یک زندگی متوسط، در زمینه‌های مختلف اقتصادی، علمی و فرهنگی کافی است.

ج. رفاه (نیاز به رفاه نسبی): مرتبه‌ی سوم، نیاز انسان به امکاناتی است که افزون بر برخورداری از یک زندگی متوسط، رفاه و آسایش

---

[۱]. عصر ۱/۱۰۳-۳.

[۲]. فاطر ۱۰/۳۵: «إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَ الْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ»

[۳]. کافی ۵۷/۷ح۴: «قُلْتُ لِأَبِي عَبْدِ اللَّهِ علیه‌السلام: مَا يَلْحَقُ الرَّجُلَ بَعْدَ مَوْتِهِ؟ فَقَالَ: سُنَّةٌ سَنَّهَا يُعْمَلُ بِهَا بَعْدَ مَوْتِهِ؛ فَيَكُونُ لَهُ مِثْلُ أَجْرِ مَنْ عَمِلَ بِهَا مِنْ غَيْرِ أَنْ يَنْتَقِصَ مِنْ أُجُورِهِمْ شَيْءٌ. وَ الصَّدَقَةُ الْجَارِيَةُ تَجْرِي مِنْ بَعْدِهِ. وَ الْوَلَدُ الصَّالِحُ يَدْعُو لِوَالِدَيْهِ بَعْدَ مَوْتِهِمَا وَ يَحُجُّ وَ يَتَصَدَّقُ عَنْهُمَا وَ يُعْتِقُ وَ يَصُومُ وَ يُصَلِّي عَنْهُمَا. فَقُلْتُ: أُشْرِكُهُمَا فِي حَجِّي؟ قَالَ: نَعَم.»

[۴]. محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۴۱۹/۱۳ح۱۴.

او را نیز در حدّ معقول و منطقی تأمین می‌نماید.[۱]

برخورداری از رفاه نسبی طبق احادیث اسلامی به هیچ وجه با میانه‌روی در مصرف منافات ندارد. اما پر کردن وقت برای امری خارج از موارد سه‌گانه‌ی بالا، جز اتلاف وقت و فرصت‌سوزی چیز دیگری نیست. بی‌توجهی به اولویت‌ها، هدر دادن سرمایه‌ی زندگی و به گونه‌ای اسراف‌کاری شمرده می‌شود. امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرمایند:

مَنِ اشتَغَلَ بِغَیرِ المُهِمِّ ضَیَّعَ الاَهَمَّ.[۲]

ترجمه: هر که به چیزی که مهم نیست بپردازد، چیزی را که اهمیّتش بیش‌تر است، وا می‌نهد و تباه می‌کند.

حضرت رسول صلّی‌الله‌علیه‌وآله به ابوذر می‌فرمایند:

یَا اَبَاذَرٍّ اغْتَنِمْ خَمْساً قَبْلَ خَمْسٍ: شَبَابَکَ قَبْلَ هَرَمِکَ وَ صِحَّتَکَ قَبْلَ سُقْمِکَ وَ غِنَاکَ قَبْلَ فَقْرِکَ وَ فَرَاغَکَ قَبْلَ شُغْلِکَ وَ حَیَاتَکَ قَبْلَ مَوْتِکَ. [۳]

ترجمه: ای ابوذر، غنیمت شمار پنج چیز را قبل از پنج چیز: جوانی‌ات را قبل از پیری‌ات، سلامتی‌ات را قبل از بیماری‌ات، بی‌نیازی‌ات را قبل از نیازمندی‌ات، فراغ بالت را قبل از مشغولیتت، و زندگی‌ات را قبل از مرگت.

همه‌ی موارد فوق، فرصت‌هایی است که انسان باید از آن استفاده کند و امور ضروری را در آن‌ها انجام دهد تا کارش به ندامت و پشیمانی و حسرت از فرصت‌سوزی نکشد. از ویژگی‌های مؤمن این است که وقتش را با کارهای مثبت و اعمال صالح پر می‌کند.[۴] از آن جا که دنیا مزرعه‌ی آخرت است، باید از فرصت محدودی که در این دنیا در اختیارمان قرار گرفته استفاده کرد، چرا که در جهان آخرت جای جبران نیست. مولا امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرمایند:

تَزَوَّد مِن یَومِکَ لِغَدِکَ وَ اغتَنِم عَفوَ الزَّمانِ وَ انتَهِز فُرصَةَ الاِمکانِ.[۵]

ترجمه: از امروزت برای فردایت توشه بگیر و فراهم شدن وقت را غنیمت شمار و از فرصت و امکان امور بهره‌مند شو.

توشه‌برداری در ظرف زمانی امروز برای فردا، حکایت از این دارد که هر کاری وقت خاص خود را دارد و در ظرف زمانی خاصّی باید انجام شود که به آن فرصت گویند. غیر از این باشد، از عقل استفاده نشده است. امیرالمؤمنین علیه‌السلام در بیانی دیگر می‌فرمایند:

مِنَ الْخُرْقِ الْمُعَاجَلَةُ قَبْلَ الْإِمْکَانِ وَ الْأَنَاةُ بَعْدَ الْفُرْصَةِ.[۶]

ترجمه: اقدام به کار قبل از امکان آن و نیز اتلاف وقت پس از فراهم شدن فرصت، از ابلهی است.

از مهم‌ترین امکانات انجام کار، ظرف زمانی ویژه‌ی آن است. اگر کار در ظرف زمانی خود انجام نشود، از عقل و خرد استفاده نشده است. وقتی نیز که این امکان و فرصت فراهم شد، اما با اتلاف وقت و کندی به انجام کار اقدام نگردد، باز عقل و خرد مهمل گذاشته شده است. این وضعیت را «خُرق» یا ابلهی گویند. در استفاده از وقت و تنظیم آن برای امور مختلف از عقل باید بهره گرفت. امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌فرمایند:

العَقلُ اَنَّکَ تَقتَصِدُ فَلا تُسرِف.[۷]

ترجمه: خردمندی آن است که میانه‌روی کنی و اسراف نکنی.

زیاده‌روی در بعضی کارها و اختصاص بیش از حدّ زمان به آن‌ها عاقلانه نیست. تعیین نکردن اهداف زندگی، فقدان هدف‌گذاری

---

[۱] . محمد محمدی ری‌شهری، الگوی مصرف از نگاه قرآن و حدیث.

[۲] . عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۴۷۷/ح۱۰۹۴۴.

[۳] . محمد طوسی، الامالی/۵۲۵؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۷۵/۷۴.

[۴] . سید محمد رضی، نهج البلاغة/۵۳۳؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۳۰۵/۶۴: المؤمنُ ... مَشغولٌ وَجهُهُ.

[۵] . عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۴۹/ح۲۷۲۳.

[۶] . سید محمد رضی، نهج البلاغة/۵۳۸/ح۳۶۳.

[۷] . عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۵۴/ح۴۷۰.

شایسته، نبود برنامه‌ریزی مناسب، توجه نکردن به مهم‌ترین‌ها، نبود تعادل بین زندگی شخصی و اجتماعی و گونه‌های مختلف اتلاف وقت به یقین بر مبنای عقل نیست. آن که می‌پندارد عقل دارد، اما برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی ندارد، همانند فردی است که سرمایه در اختیار دارد، اما از آن برای امور ضروری زندگی خود استفاده نمی‌کند. بود و نبود این عقل و این سرمایه یکی است؛ زیرا دردی را دوا نمی‌کند.

عدم اختصاص وقت و زمان مناسب برای عبادت، علم و دانش و مطالعه می‌توانند از مصادیق اسراف وقت باشند. انسانِ تابع عقل، لازم است به گونه‌ای عمل کند که حسرت زمان از دست‌رفته را نخورد. قرآن کریم، سخن دوزخیان در قیامت را این چنین گزارش می‌دهد: و (در این هنگام) پیروان می‌گویند: «کاش بار دیگر به دنیا برمی‌گشـــتیم ...» (آری،) خداوند این چنین، اعمال آن‌ها را مایه‌ی حســـرت آنان قرار می‌دهد و هرگز از آتش (دوزخ) خارج نخواهند شد! [۱]

این که برخی در قیامت آرزو می‌کنند برگردند و اعمالشان برایشان حسرت می‌شود، از این جا ناشی می‌شود ظرف عمر خود را با اعمال صالح و صحیح پر نکرده‌اند و به اولویت‌ها بی‌توجه بوده‌اند. امام باقر علیه‌السلام در تفسیر این آیه می‌فرمایند:

(ح سرت‌خور) آن مردی ا ست که مالی را به د ست می‌آورد و خیری در آن به کار می‌گیرد. پس آن مال را ک سی ارث می‌برد که عمل صالحی را در آن مال به کار می‌گیرد. در این هنگام اوّلی چون نتیجه‌ی زحمات خود را در میزان دیگری می‌بیند، حسرت می‌خورد.[۲]

مرد صاحب مال، سرمایه‌ی خود را به صورت بهینه و مفید در ظرف عمر خود نریخته است؛ لذا وقتی می‌بیند وارثش آن سرمایه را در عملی صالح به کار گرفته است، حسرت می‌خورد که ای کاش بازگشتی به زندگی دنیا برایش ممکن می‌شد تا جبران کند. تقاضای بازگشت به دنیا برای ایمان آوردن و قرار گرفتن در زمره‌ی محسنان در آیات دیگر قرآن[۳]، نشان‌دهنده‌ی حسرت و ندامتی عمیق در نهاد کسانی است که زمان و وقت زندگی خود را به صورتی بهینه مصرف نکرده‌اند و به اولویت‌های ایمانی و رفتاری نپرداخته‌اند. خسارت و آه و افسوس کسانی که به وقت اهمیت نمی‌دهند و آن را به لغو و باطل می‌گذرانند، در قیامت بلند است:

وَ هُمْ یَصْطَرِخُونَ فیها رَبَّنا أَخْرِجْنا نَعْمَلْ صالِحاً غَیْرَ الَّذی کُنَّا نَعْمَلُ أَ وَ لَمْ نُعَمِّرْکُمْ ما یَتَذَکَّرُ فیهِ مَنْ تَذَکَّرَ وَ جاءَکُمُ النَّذیرُ فَذُوقُوا فَما لِلظَّالِمینَ مِنْ نَصیرٍ.[۴]

ترجمه: آن‌ها در دوزخ فریاد می‌زنند: «پروردگارا! ما را خارج کن تا عمل صالحی انجام دهیم غیر از آن‌چه انجام می‌دادیم!» (در پاسخ به آنان گفته می‌شـود:) آیا شـما را به اندازه‌ای که هر کس اهل تذکّر اسـت، در آن متذکّر می‌شـود عمر ندادیم، و انذارکننده‌ی (الاهی) به سراغ شما نیامد؟! اکنون بچشید که برای ظالمان هیچ یاوری نیست!

اگر زمان لازم را به امور ضروری و اولویت‌ها اختصاص ندهیم، زمان می‌گذرد و ما در تنگنا و فشار کارهایی قرار می‌گیریم که انجام آن‌ها ضروری است؛ اما وقت کافی برای انجام آن‌ها نداریم. کارهای انجام‌نشده، فشار روحی طاقت‌فرسایی بر ما وارد می‌کنند. آن‌گاه است که ما حسرت زمان از دست‌رفته را می‌خوریم و آرزو می‌کنیم ای کاش امکان داشت دوباره از ابتدا شروع کنیم.

همان طور که ما در خرید، بسیار دقت می‌کنیم تا با کم‌ترین هزینه، بیش‌ترین و بهترین اجناس را تهیه کنیم، لازم است برای این عمر ارزش بیش‌تری قایل شویم و با کم‌ترین زمان، مهم‌ترین و برترین امور زندگی را به اجرا درآوریم؛ اموری که باعث نجات ما شوند.

اِنَّ اَوقاتَکَ اَجزاءُ عُمُرِکَ. فَلا تَنفَد لَکَ وَقتاً اِلّا فیما یُنجیکَ.[۵]

ترجمه: همانا اوقات تو، اجزای عمر و زندگی تو هستند؛ پس وقتی را به پایان مرسان مگر در آن امری که تو را نجات می‌دهد.

فدا کردن مال و ثروت برای وقت، آن گاه معنای واقعی خود را به نمایش می‌گذارد، و آن گاه نجات‌دهنده‌ی ما است که در عبودیت خداوند به کار رود.

---

[۱] . بقره ۱۶۷/۲: «وَ قالَ الَّذینَ اتَّبَعُوا لَوْ أَنَّ لَنا کَرَّةً فَنَتَبَرَّأَ مِنْهُمْ کَما تَبَرَّؤُا مِنَّا کَذلِکَ یُریهِمُ اللَّهُ أَعْمالَهُمْ حَسَراتٍ عَلَیْهِمْ وَ ما هُمْ بِخارِجینَ مِنَ النَّارِ.»

[۲] . فضل طبرسی، مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن ۴۵۸/۱: «هُوَ الرَّجُلُ یَکتَسِبُ المالَ وَ لا یَعمَلُ فیهِ خَیراً فَیَرِثُهُ مَن یَعمَلُ فیهِ عَمَلاً صالِحاً فَیَرَی الاَوَّلَ ما کَسَبَهُ حَسرَةً فی میزانِ غَیرِهِ.»

[۳] . شعراء ۱۰۲/۲۶: «فَلَوْ أَنَّ لَنا کَرَّةً فَنَکُونَ مِنَ الْمُؤْمِنینَ»؛ و زمر ۵۸/۳۹: «أَوْ تَقُولَ حینَ تَرَی الْعَذابَ لَوْ أَنَّ لی کَرَّةً فَأَکُونَ مِنَ الْمُحْسِنینَ.»

[۴] . فاطر ۳۷/۳۵.

[۵] . عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۵۹/ح۳۰۲۵.

اِنَّ عُمُرَکَ مَهرُ سَعادَتِکَ اِن اَنفَذتَهُ فی طاعَةِ رَبِّکَ.[۱]

ترجمه: همانا عمر تو مهر سعادت توست، اگر آن را در طاعت پروردگارت به کار بگیری.

عمر به کار رفته در غیر عبادت خداوند، فقط تلف شده است.

اِحفَظ عُمُرَکَ مِنَ التَّضییعِ لَهُ فی غَیرِ العِبادَةِ وَ الطّاعاتِ.[۲]

ترجمه: عمرت را از این که در غیر عبادت و طاعات الاهی ضایع شود، حفظ کن.

البته ما این پیش‌فرض را فراموش نمی‌کنیم که عبادت خداوند فقط نماز و روزه و احکام عملی نیست. انسان از صبح که چشم خود را باز می‌کند تا شب که به خواب می‌رود، یا در عبودیت خداست و یا در عبودیت شیطان. احکام عملی، تنها گوشه‌ی کوچکی از وظایف بندگی انسان در برابر خداوند است. چه بهتر که به تعبیر مولای پرهیزکاران علیه‌السلام، نَفَسهایمان را که اجزای عمر و زندگیمان را تشکیل می‌دهند جز در اطاعت از پروردگار خرج نکنیم.[۳] آیت‌الله اشتهاردی در اهمیت وقت و رعایت اولویت‌های زندگی می‌نویسند:

وقت همان عمر انسان است که سرمایه‌ای بالاتر از آن نیست، مشروط بر این که از آن برای رشد و ترقی ظاهر و باطن استفاده شود، یعنی وقت، نردبان ترقی گردد. و گرنه نه تنها سرمایه نیست بلکه شرمایه و وسیله‌ی شرّ و تیره‌بختی است. بر همین اساس امام سجّاد علیه‌السلام در فرازی از دعای خود به خداوند عرض می‌کند: «وَ عَمِّرنِی ماکانَ عُمرِی بِذلَةً فِی طاعَتِکَ، فَاِذا کانَ عُمرِی مَرتَعاً لِلشَّیطانِ فَاقبِضنِی اِلَیکَ[۴]؛ عمر طولانی تا هنگامی که عمرم در راه اطاعت تو صرف شود به من عطا کن، و هرگاه عمرم چراگاه شیطان گردد، جانم را قبل از پیشی گرفتن عذابت بگیر.»[۵]

معرفی الگوهای هم‌سو با شؤون اسلامی در زمینه‌ی مصرف امکانات، می‌تواند عامل مؤثری در تغییرو تحول سبک زندگی باشد. جهت‌گیری ارزشی، شروع مفیدی برای یک گفتار منتقدانه‌ی دینی است تا اتلاف و اسراف وقت به عنوان فعلی حرام تلقّی شود. در زمینه‌ی بهره‌وری صحیح از زمان، جامعه‌ی ما از الگوهای عملی بسیار ظریف بهره‌مند و سرشار است. سبک زندگی آیت الله محمدجواد تبریزی به عنوان یکی از این الگوها می‌تواند مورد توجه قرار گیرد. ایشان به یکی از نزدیکان خود گفته بودند: «حتّا ساعتی از عمرم را هدر نداده‌ام». وقتی به دلیل مشکلات و آشفتگی‌های زندگی، از آن مرجع بزرگوار خواستند درس و بحث را تعطیل کند، هرگز قبول نکرد و روزی در یکی از همان کلاس‌های درس به شاگردانش گفت: «۴۰ سال است که معنای تعطیلی را نفهمیده‌ام».[۶]

راه‌کارهایی برای مصرف صحیح وقت

حرکت به سمت سبک صحیح زندگی، تنها ویژه‌ی مردم نیست و متهم کردن مردم به عنوان مقصر اصلی در سبک‌های غلط زندگی، نوعی فرافکنی است. این درست است که هیچ قشری مانند فرهیختگان یک جامعه، فرهنگ‌های غلط و نادرست را نمی‌توانند ببینند و هیچ کس مانند آنان توانایی آسیب‌شناسی فرهنگ و عرف مردم را ندارد، اما مقصر دانستن مردم عادی و نگاه تحقیرآمیز با خطاب «عوام» کردن به آنان دور از جوانمردی است. در این حقیقت شک نیست که هر گونه سبک زندگی اشتباه، نتیجه‌ی کار مسؤولان و سردمداران در سال‌های متمادی است و از آن‌ها سرچشمه می‌گیرد. بنابراین آحاد جامعه از بالا به پایین، متناسب با جایگاه اجتماعی خود باید پیش‌روان و سردمداران حرکت به سوی روش صحیح زندگی باشند.

برای رسیدن به فرهنگ مدیریت صحیح وقت، ما نیازمند تعیین خط مشی مناسبی هستیم تا افراد جامعه‌ی ما طبق آن، برنامه‌ریزی

---

۱. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۵۸/ح۳۰۱۴.

۲. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۶۰/ح۳۰۵۸.

۳. عبدالواحد تمیمی، غرر الحکم/۱۶۰/ح۳۰۶۰: «اِنَّ اَنفاسَکَ اَجزاءُ عُمُرِکَ فَلا تُفنِها اِلّا فی طاعَةٍ تُزلِفکَ.»

۴. الصحیفة السجادیة/۹۲، دعای بیستم؛ و محمدباقر مجلسی، بحارالانوار ۶۱/۷۰.

۵. محمد محمدی اشتهاردی، ارزش وقت در سیره‌ی پیشوایان.

۶. محمدرضا اسدزاده، ساعتی از عمر را هدر نداده‌ام، هم‌شهری آنلاین، ۸۵/۹/۹.

کنند و برای دست‌یابی به این امر فرهنگ‌ساز اقدام کنند. معتقدیم به منظور نیل به فرهنگ بهینه‌ی مصرف و برای این که این اصل مهم، به یک شعار پرطنین و جذاب، اما توخالی تغییر ماهیت ندهد، نیاز به اجرای اقداماتی برنامه‌ریزی‌شده و اجرای راه‌کارهای عملی هستیم. هم‌چنین، در مسیر نهادینه شدن نتیجه‌ی تلاش‌های هم‌کارانمان در این گونه همایش‌ها، و نیز حاکمیت و فراگیری الگوی صحیح سبک زندگی، باید کار را از خودمان شروع کنیم. پس با این هدف که همایش‌های این‌چنینی، خود نمونه‌ای از ریخت‌وپاش و هدر رفتن «زندگی» نباشد، حق این است که خود دانشگاه به عنوان یکی از مهم‌ترین نهادهای فرهنگی کشور، اولویت اول در تحقق الگوی صحیح مصرف وقت و زمان قرار گیرد و راه‌کارها و پیش‌نهادهای ارزشمند همکاران گران‌قدرمان ابتدا در دانشگاه لزوم اجرایی یابد. در این مسیر، راه‌کارهای زیر را تقدیم فرهیختگان دانشگاهی می‌کنیم. امید است مورد تأمّل قرار گیرد و نواقص آن تکمیل شود.

۱. استادان، نخبگان جامعه‌ی اسلامی ما هستند. وقت اساتید گرامی بسیار ارزشمند است. ارزش وقت آنان برای جامعه‌ای که هزینه‌های مادی و معنوی فراوانی را برای به ثمر رسیدن آنان تحمل کرده، به مراتب بیش‌تر از سایر مردم است. بنابراین با فراهم آوردن امکانات از قبیل دفتر کار، رایانه، خطوط اینترنت پر سرعت، آزمایش‌گاه‌ها و کارگاه‌های مجهز جهت پژوهش در رشته‌ی تخصصی، آسان‌سازی انجام امور اداری و مانند آن، از اتلاف وقت گران‌بهای نیروهای ارزشمند جامعه‌ی ایرانی جلوگیری کنیم.

۲. این واقعیتی انکارناپذیر است که ترویج فرهنگ صحیح مصرف عمر، در قدم اول، بر عهده‌ی استادان است. اساتید به عنوان مربّیان برتر اجتماع، نه تنها وظیفه‌ی تعلیم آموزش‌های رشته‌ی تخصصی خود را بر عهده دارد، بلکه چون یکی از اهداف آموزش، چه گونه زیستن است، وظیفه‌ی آموزش زندگی صحیح به فراگیران را نیز بر عهده دارند.

استادان ارجمند با مدیریت صحیح زمان، بهترین و مهم‌ترین نقش برای ترویج الگوی درست مصرف وقت و استفاده‌ی مناسب از عمر را ایفا می‌کنند. دانش‌جو چون ببیند استاد وقت خود را تباه نمی‌کند و بی‌کار نمی‌گردد و جداشدن از کتاب و رایانه و آزمایشگاه برایش سخت است، و مقالات و طرح‌های پژوهشی استاد سال به سال رو به افزایش است، و تدریس خود را طبق طرح درس دقیق و حساب‌شده انجام می‌دهد، طبیعی است که آگاهانه یا ناخودآگاه، زندگی و وقت و عمر خود را با معیار زندگی استاد می‌سنجد و به دنبال آن، متناسب با درجه‌ی الگوپذیری‌اش، تحولاتی در مدیریت وقت خود ایجاد می‌کند.

۳. یکی از مهم‌ترین نمودهای اتلاف عمر و وقت فرد و جامعه، کاربردی نشدن تحقیقات و پژوهش‌های اساتید و دانش‌جویان است. چه بسیار طرح‌های پژوهشی اساتید و پایان‌نامه‌های دانش‌جویان که پس از اجرا، در نهایت در چند جلدِ صحافی‌شده و یا در فایل‌های word و pdf، ذخیره می‌شود و به فراموشی سپرده می‌شود. بنابراین لازم است توجه ویژه‌ی طرح‌های پژوهشی، متناسب با رشته‌ی تخصصی به کاربردی شدن نتایج طرح در جامعه معطوف شود دست‌کم با تعیین مقررات و در نظر گرفتن ضمانت‌های اجرایی لازم، ارائه‌ی گزارش‌های متنوع، مانند مقاله و کتاب جزء جدایی‌ناپذیر پایان‌نامه‌ها و طرح‌های پژوهشی شود.

۳. یکی از ارکان مهم دانشگاه، دانش‌جویان ارجمند هستند. اینان نیز بایستی بدانند که در مرحله‌ای از زندگی قرار گرفته‌اند که نمی‌توانند همان شیوه‌ی گذران عمر در مراحل قبل از دوران دانش‌جویی را به کار گیرند. در این مرحله، دانش‌جویی شغل آنان است. تفریحات و سرگرمی‌های آنان نسبت به قبل فقط باید در حدی باشد که نشاط و پویایی آنان را در فراگیری دانش حفظ کند، چرا که باید آموزش‌هایی را فرا گیرند تا در ایفای نقش‌های تخصصی و اجتماعی آینده‌ی خود موفق باشند. توجه به امور حاشیه‌ای در دانشگاه، تنها موجب به هدر رفتن عمر گران‌بهای آنان می‌شود.

۴. دانشگاه باید توجه ویژه‌ای به دانش‌جویان و انجام امور اداری آنان کند. عدم امکانات لازم مانند آزمایشگاه و کارگاه و تجهیزات لازم آن‌ها در رشته‌های تخصصی، توجه نکردن استادان گران‌قدر به زمان کلاس و تأخیر در ورود یا تعجیل در خروج، وارد شدن به مقولاتی که هیچ ربطی به نقش تخصصی یا اجتماعی دانش‌جویان ندارد، و نبود برنامه‌ریزی و طرح درس مناسب، فقط به وقت‌کشی منجر می‌شود.

۵. توجه به IT و نهادینه‌کردن آن در امور آموزشی، پژوهشی و اداری و مالی دانشگاه، به یقین می‌تواند سرمشق خوبی برای ترویج فن‌آوری اطلاعات در جامعه، و جلوگیری از اتلاف وقت باشد. به عنوان مثال بررسی پایان‌نامه‌ها و تصحیح آن‌ها و نیز داوری طرح‌های

پژوهشی و مقالات از طریق رایانامه انجام شود.

هم‌چنین تمام مراحل ثبت‌نام و انتخاب واحد، گرفتن تسویه‌حساب آخر دوره و حتّا دریافت گواهینامه‌ی موقت و دانش‌نامه‌ی پایان دوره از طریق اینترنت و پست، به بهترین وجه می‌تواند در وقت دانش‌جویان صرفه‌جویی کند و از رفت‌وآمدهای بیهوده و وقت‌گیر وهزینه‌بر جلوگیری کند.

۶. امروز و فردا کردن کارهای اداری، نبود نظم اداری برای انجام سریع امور دانش‌جویان، کندی تصمیم‌گیری در امور اداری دانشجویان، دواندن آنان میان میزها و اتاق‌های مختلف، نه تنها وقت دانش‌جویان به عنوان سرمایه‌ی آینده‌ی این مملکت را تلف می‌کند، بلکه غیرمستقیم بی‌نظمی را آموزش و ترویج می‌دهد. در این میان باید فکری نیز به حال تعطیلی‌های غیر رسمی کرد؛ مانند تعطیلی هفته‌های اول و آخر ترم، هفته‌ی آخر اسفند و هفته‌ی بعد از تعطیلات عید نوروز. اگر این ایام به طور رسمی تعطیل شود، دست‌کم به طور غیر مستقیم به دانشجویان، «کم‌کاری» که یکی از مشکلات اخلاقی شایع جامعه‌ی ما است، آموزش داده نمی‌شود.

۷. محیط اداری دانشگاه باید از سخن‌چینی، غیبت، تهمت، بدگویی خالی شود. نبود برنامه‌های توسعه‌ی درازمدت و میان‌مدت و کوتاه‌مدت، ترتیب‌دادن جلسات بی‌سرانجام و بدون نظم و برنامه، بدون تعیین موضوع قبلی یا همراه با صحبت‌های خارج از موضوع، و مکالمه‌های طولانی تلفنی، و پرسه‌زدن بی‌هدف در تارنماها و شبکه‌های اجتماعی، نمونه‌های دیگری از تلف کردن زمان است.

۸. استادان و دانش‌جویان با دقت در تنظیم و برنامه‌ریزی وقت خود، تأثیری شگرف در اصلاح الگوی مصرف وقت جامعه می‌توانند داشته باشند. هیچ گاه خاطره و سخن یکی از استادان برجسته‌ی دانشگاه علوم پزشکی شیراز را فراموش نمی‌کنم. وی در جمع تعدادی از دانش‌آموزانی که برای کنکور درس می‌خواندند، در باره‌ی زنده‌کردن وقت مرده و استفاده‌ی بهینه از آن می‌گفت: «زمانی که به سن شما بودم و برای کنکور پزشکی درس می‌خواندم، وقتی می‌خواستم حمام بروم، اصطلاحات و تعاریفی را که باید حفظ می‌کردم روی یک تکه کاغذ می‌نوشتم. وارد حمام که می‌شدم، آب گرم را باز می‌کردم. بخار روی دیوارهای حمام می‌نشست. کاغذ را روی دیوار قرار می‌دادم. کاغذ به دیوار مرطوب می‌چسبید. سپس همان طور که بدنم را صابون، و سرم را با شامپو می‌شستم، اصطلاحات و تعاریف را حفظ می‌کردم.»

فکر می‌کنید تأثیر شنیدن این کلمات از یک استاد دانشگاه که در زندگی خود، حتّا از وقت مرده‌ی خود نیز استفاده‌ی بهینه می‌کند، برای مخاطبان دانش‌آموز و دانش‌جو چه قدر است؟ به راستی، آیا زندگی ما استادان در جهت اصلاح الگوی مصرف وقت، در دانش‌جویانمان اثرگذار نیست؟

نتیجه‌گیری

عمر سرمایه‌ی جاودانی است که قابل قیاس با طلا نیست. چرا که طلا را می‌توان خرید، اما وقت و عمر را نمی‌توان با پول مبادله کرد. هیچ‌کس نمی‌تواند زمانی را که از دست می‌دهد، دوباره بازسازی کند، چرا که فرصت مانند ابر در گذر است. چنان که ابر رفته را نمی‌توان برگرداند، نمی‌توان فرصت را نیز دوباره به دست آورد. هدردادن وقت و فرصت‌سوزی از جانب آن که عقلش را پیروی می‌کند، روی نمی‌دهد. پشیمانی و حسرتی که در قیامت برای برخی انسان‌ها ایجاد می‌شود، به خاطر فرصت سوزی‌هایی است که در این دنیا انجام داده‌اند و آن‌ها را در آخرت می‌سوزاند؛ لذا آرزوی بازگشت به این دنیا و اصلاح کارهایی که در ظرف زمان حیاتشان انجام داده‌اند را دارند؛ آرزویی که تحقق آن محال است.

برای استفاده‌ی بهینه از عمر، باید به دو عامل توجه ویژه داشت؛ برنامه‌ریزی و رعایت اولویت‌ها. هر کاری در ظرف زمان انجام می‌شود و چون کارهای ما بسیار متفاوت و متنوع است، پس چنین می‌طلبد که برای هر کاری زمانی خاص تنظیم گردد. از طرف دیگر مهم‌ترین کارها در اولویت زمانی قرار گیرد. آن که زندگی‌اش را از کارهای غیر مهم و غیر ضروری پر می‌کند، به زودی در وضعیتی قرار می‌گیرد که زمان و وقت مناسبی برای کارهای مهم پیدا نمی‌کند. این وضعیت انسان را در بحرانی روحی قرار می‌دهد که نمی‌تواند تفکر منطقی و مدیریت صحیحی داشته باشد. به دنبال آن، ارائه‌ی تصمیم‌های غیر منطقی از چنین فردی دور از انتظار نیست. سرخوردگی، یأس،

افسردگی، نبود انگیزه و در نهایت نگرش منفی به زندگی، از پیامدهای وضعیت یادشده است.

اجرای الگوی سبک زندگی اسلامی، ابتدا بر عهده‌ی مسؤولان اجرایی و اندیشمندان و فرهیختگان جامعه است. متهم کردن عموم مردم و انداختن کوتاهی‌ها در زمینه‌ی سبک‌های غلط زندگی بر گردن آنان، فرافکنی و حرکتی دور از جوانمردی است. در این میان، دانشگاه به عنوان یکی از مهم‌ترین نهادهای فرهنگی، و دانشگاهیان به عنوان فرهیختگان و مدّعیان اصلاح جامعه و سرمشق و نمونه برای مردم، باید در اولویت اجرای الگوی صحیح وقت قرار گیرند.

منابع

۱. قرآن کریم.
۲. اسدزاده، محمدرضا: ساعتی از عمر را هدر نداده‌ام، هم‌شهری آنلاین، ۸۵/۹/۹.
۳. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۵۵۰-۵۱۰): غرر الحکم و درر الکلم، چاپ اول، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه‌ی علمیه‌ی قم، قم، ۱۳۶۶ش.
۴. حمیدی، نعیم: نگاهی به نظام الگوی مصرف بر اساس تعالیم اسلامی، روزنامه‌ی کیهان، شماره‌ی ۱۹۴۴۵، ۸۸/۶/۳، صفحه‌ی ۶ (معارف)؛ و شماره‌ی ۱۹۴۴۹، ۸۸/۶/۸، صفحه‌ی۶ (معارف).
۵. ربانی خواه، محمد: برنامه‌ریزی و مدیریت زمان، نشریه‌ی حدیث زندگی، سال سوم، شماره‌ی ۴، مهر و آبان ۱۳۸۲، ص ۱۹۰-۲۰۷.
۶. رضی، سید محمد: نهج البلاغه، تصحیح صبحی صالح، دارالهجرة، قم، بی‌تا.
۷. صدوق، محمد بن علی بن بابویه: من لا یحضره الفقیه، ۴ جلد، چاپ سوم، مؤسسه‌ی انتشارات اسلامی، قم، ۱۴۱۳ق.
۸. طبرسی، فضل بن حسن: مجمع البیان فی تفسیر القرآن، چاپ سوم، ناصر خسرو، تهران، ۱۳۷۲.
۹. طوسی، ابوجعفر محمد بن حسن: الامالی، چاپ اول، دارالثقافة، قم، ۱۴۱۴ق.
۱۰. مجلسی، محمدباقر: بحارالانوار الجامعة لدرر اخبار ائمة الاطهار، ۱۱۰جلد، مؤسسة الوفاء، لبنان، بیروت، ۱۴۰۴ق.
۱۱. محمدی اشتهاردی، محمد: ارزش وقت در سیره‌ی پیشوایان، مجله‌ی پاسدار اسلام، شماره‌ی ۲۷۲، مرداد ۱۳۸۳. ص۲۲-۲۴ و ۵۰.
۱۲. محمدی ری‌شهری، محمد: الگوی مصرف از نگاه قرآن و حدیث، روزنامه‌ی اطلاعات، شماره‌ی ۲۴۵۹۲، ۸۸/۷/۲۵، و شماره‌ی ۲۴۵۹۳، ۸۸/۷/۲۶.
۱۳. مرکز کامپیوتری علوم اسلامی، نرم‌افزار جامع احادیث نور.
۱۴. مرکز کامپیوتری علوم اسلامی، نرم‌افزار جامع التفاسیر نور.

نظریه ارزش‌های مشترک انسانی یا اخلاق در سطح پایه

محمد حسین رجائی*

دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.

چکیده

نظریه اخلاق در سطح پایه، به بررسی ارزش اخلاقی افعال و صفات انسانی، با وصف انسانی بودن؛ و بررسی تعلق اجر و جزا به آن‌ها، قطع نظر از اخلاق دینی یا اخلاق مبتنی بر آموزه‌های دین می‌پردازد .

بعد از اثبات سرشت مشترک انسانی و اثبات حسّ و فطرت اخلاقی در انسان، این بحث مطرح می‌گردد، افعالی که از جهت انسانی از شخص صادر می‌شود، در صورتی که حداقل نصاب ارزشی بودن؛ یعنی، اختیاری بودن فعل همراه با حُسن فعلی و حداقل حُسن فاعلی داشته باشد، مستحق اعطای اجر و یا لااقل تخفیف عذاب و مجازات در فرجام کار می‌گردد.

اهمیت این مسأله از آنجاست که اثبات و تدوین اخلاقی بر پایه ارزش‌های مشترک انسانی که مشترک بین مؤمنین و ملحدین و متدیینین به ادیان و مذاهب مختلف و غیر متدیینین باشد، مصالح و ارزش‌های عمومی را که عدم رعایت آن‌ها باعث تخلل در اصل نظام و اجتماع بشری می‌گردد و سبب از بین رفتن حقوق نازله و ارکان ضروری زندگی آنان می‌شود، تا حدودی حفظ کرده تا اختلاف در عقاید و افکار و اخلاق و گرایش‌های مختلف اخلاقی سبب نابودی اساس هم زیستی و ارتباط افراد و جوامع با هم و مهرورزی به یکدیگر نشود؛ علاوه بر این تدوین یک منشور اخلاقی مشترک جهانی و انسانی، سبب احیای ارزش‌های پایه‌ای اخلاق و تعلیم تدریجی به بهترین اخلاق و ترغیب به بهترین دین و اخلاق دینی و ارائه کننده بالاترین آیین جهت نیل بشر به کمال دینی و ایمانی، فردی و اجتماعی، دنیوی و اخروی می‌گردد و نقش انبیا و امامان و اولیای دین را در ارائه یک الگوی برتر اخلاقی و نمایاندن را صحیح کسب کمالات نشان می‌دهد.

کلمات کلیدی: **اخلاق، ارزش‌های مشترک انسانی، حُسن فعلی، حُسن فاعلی**

* **نویسنده مسئول: محمد حسین رجائی،** دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.. Email: rajaei.nahad@chmail.ir

مقدمه

طرح مسأله

مدعای ما به طور اجمال این است که اخلاق مبتنی بر سرشت انسانی و افعالی که از انسان بما هو انسان از روی اختیار صادر می‌شود، قطع نظر از آن که فاعل فعل مؤمن باشد یا ملحد، مسلم باشد یا غیر مسلم، شیعه باشد یا غیر شیعه، دارای وصف اخلاقی؛ یعنی، حسن فعلی و حسن فاعلی بوده و قطعاً وجود آن عمل با عدم آن یکسان نبوده و در دادگاه عدل الهی بی پاسخ نمی‌ماند.

بنابراین توجه ما در این مقاله به این مسأله معطوف است که رعایت اخلاق انسانی در سطحی پایه اختصاصی به افراد از یک ملت و یک قوم و یک دین خاص ندارد، بلکه فضیلتی است که همه می‌توانند در آن سهیم بوده و امری است که می‌تواند بین همه انسان‌ها مشترک باشد و انسان‌ها از آن جهت که انسان هستند آن را رعایت نمایند؛ لذا انسان بما هو انسان دارای افعال و اوصافی اخلاقی است که رعایت آن‌ها به همان اندازه او را در سیر کمال و سعادت یاری می‌رساند و یا با ملاحظه شرایطی که خواهد آمد، موجب اجر و یا تخفیف عذاب در فرجام او می‌گردد.

از این منظر فعل اخلاقی در سطح پایه به معنای فعلی است که اولاً دارای ارزش انسانی و حُسن ذاتی بوده و ثانیاً فاعل آن، از حداقل نصاب نیت خیر و حَسن برخوردار باشد، یعنی، فعل را از روی اختیار و به هدف کسب و نیل به حُسن و آثار نیک عمل انجام دهد که این حداقل نصاب حُسن فاعلی است؛ اما این که فعل از روی نیت تقرب و نزدیکی به خداوند و یا رسیدن شخص فاعل به سعادت انجام پذیرد،

در این سطح مدخلیتی ندارد، هر چند هر یک از این پارادایم‌ها در کیفیت برتر و ارزش والاتر فعل اثرگذار بوده و آن را از سطح دانی و ابتدایی و پایه به سطحی عالی و برتر می‌رساند.

فایده طرح چنین موضوعی ترویج اصل اخلاق و ارزش‌های پایه‌ای اخلاقی و انسانی در مقابل هجوم هویت ضد اخلاقی جوامع لائیک و حتی جوامع مدعی دینداری و دین مداری است.

به دیگر سخن انسان‌ها و جوامع بشری علی رغم اختلافات در فرهنگ‌ها و آیین‌ها و ادیانشان می‌توانند در یک پروسه عظیم شرکت جسته و بر سر مأدبه‌ای بنام اخلاق بنشینند و به وجه مشترک اخلاقی خویش؛ یعنی، اخلاقی مبتنی بر انسان بودن خود بنگرند تا با رعایت اخلاق حداقلی به تدریج به اخلاقی متعالی و برتر و والاتر مبتنی بر آموزه‌های ادیان و دین بر حق نایل شوند.

طرح چنین بحثی در علم اخلاق، باعث ایجاد پیوندی مشترک مبتنی بر اخلاقی همگانی و جهانی و رعایت آن در سطح بین ملت‌ها و امت‌ها شده و سبب تدوین اخلاقی مشترک بر اساس سرشت انسان‌ها می‌گردد تا انگیزه‌ای مضاعف برای پرداختن به اخلاق برتر مورد ادعای ادیان خاص حاصل آمده و دروازه‌ی اخلاق برتر به روی جوامع بشری ملحد و ضد اخلاق گشوده شود، و در مرحله‌ی نهایی جامعه بشری در داوری میان مدعیات ادیان، به ادعای صحیح دین بر حق اسلام مبتنی بر داشتن والاترین مجموعه‌ی اعتقادی، فقهی، حقوقی و اخلاقی که همان اخلاق دینی یا اخلاق مبتنی بر دین است، نایل شود.

به عبارت دیگر، فایده محصَّل و هدف ما از اثبات اخلاق در سطحی پایه، نه تنها ناچیز شمردن اخلاق برگرفته از دین نیست، بلکه تشویق و راهنمایی به این امر است که فقط اخلاق دینی است که می‌تواند بشربت را به سطحی عالی از کمال و سعادت اخلاقی در جنبه‌های مختلف فردی و اجتماعی نایل گرداند.

بدین سان نه تنها جایگاه و نقش دین در عرصه‌ی اخلاق فردی و اجتماعی انکار نگردیده، بلکه ثابت می‌گردد که علی رغم فوائد عمومی اخلاق انسانی پایه، اخلاق خود بنیاد بشری در معرض آفات جهل و امیال دیگر قرار دارد و تنها اتکای صحیح بشر به وجودی متعالی و هدایت اوست که می‌تواند بشر را به کمال حُسن فعلی و حُسن فاعلی؛ یعنی، مکارم اخلاق رهنمون سازد (انی بعثت لاتمم مکارم الاخلاق) (۱).

بنابراین سؤال اساسی این است که آیا می‌توانیم حداقل نصابی را برای فعل اخلاقی بیان کنیم تا با حداقل نصاب حُسن فعلی و حُسن فاعل، اخلاقی شمرده شود و همه انسان‌ها را قطع نظر از هر ملیت و قومیت و دین خاص در یک پروسه‌ی اخلاقی در سطحی پایه شرکت داده و اخلاقی انسانی بنا کنیم.

ما به دور از مباحث پیچیده‌ی تمام ناپذیر مربوط به اخلاق، از جمله بررسی عمیق راز اخلاقی بودن افعال انسانی و نظریات مربوط به مبنای فعل اخلاقی و عینیت و ذهنیت و اطلاق و تقیید آن که مجال وسیعی را می‌طلبد، باید بر طبق نمونه‌ها و شواهد اولاً ثابت کنیم که طبیعت و شرشت مشترک همه انسان‌ها نسبت به نیکی و بدی شناخت و گرایش فطری دارند و ثانیا افعال اخلاقی صادر شده از انسان‌ها دارای دو سطح پایه (دانی) و عالی است. در سطح پایه، فعل اخلاقی فعلی است که حداقل نصاب اخلاقی بودن را دارا باشد؛ یعنی، باعث برانگیخته شدن ستایش و تحسین بشر بوده و حِسّ اخلاقی او را برانگیزاند. به تبع، در قصد و نیت فعل یا حسن فاعلی نیز باید علاوه بر این که فعل از لحاظ نصاب حُسن دارای حداقل نصاب حُسن ذاتی فعل (حُسن فعلی) بوده باشد، حداقل نصاب حُسن کننده‌ی فعل (حُسن فاعلی= نیت درونی فاعل) نباشد.

به عبارت دیگر به اصطلاح فلسفی دارای هر دو حُسن مُلکی و ظاهری و حُسن ملکوتی و باطنی باشد. ثالثاً باید ثابت کنیم که علاوه بر حُسن فعل فاعل و تحسین و تمجید دیگران، آیا نزد خداوند هم دارای ارزش به معنایی عام، یعنی؛ اعطای ثواب یا رفع و تخفیف عذاب می‌گردد، یا این که شرط تعلق ثواب یا تخفیف عذاب،گرایش صحیح به مبدأ و ایمان به موجر و ثواب دهنده و تدین به دین و مذهب برحق است.

به هر حال مسایل زیادی با مسأله مورد بحث در ارتباطند که بررسی همه آن‌ها می‌تواند زوایای مسأله را بهتر نمایان نماید؛ اما بررسی مبانی که بتواند ما را در این بحث یاری نماید، دو گونه است: برخی مبانی لازم و ضروری است به گونه‌ای که رد و پذیرش آن‌ها در رد و

پذیرش اصل مسأله دخیل است، مانند وجود طبیعت مشترک انسانی و به تبع طبیعت اخلاقی مشترک؛ و برخی از مقدمات هر چند با مسأله در ارتباط اند و چه بسا ارتباط نزدیک و تنگاتنگی با مسأله دارند، مانند، ماهیت طبیعت و حس اخلاقی در انسان بما هو انسان و عینیت و اطلاق قضایای اخلاقی؛ اما به لحاظ این که محققان این عرصه به تفصیل بدان‌ها پرداخته‌اند و نظر اسلام را مبنی بر وجود حس اخلاقی در همه انسان‌ها و عینیت و اطلاق قضایای اخلاقی را تا حدود زیادی کنکاش نموده‌اند، ما آن‌ها را فی‌الجمله به عنوان مبادی و اصول مسلم تلقی کرده و به عنوان پیش فرض‌های مسأله می‌پذیریم.

بنابراین ما در اینجا به اجمال برخی از مبانی مسأله را که تا حدودی لازم و ضروری به نظر می‌رسند، اشاره می‌کنیم.

مبانی مسأله

سرشت مشترک انسانی

بحث از سرشت مشترک انسانی سؤالات زیادی را در پی خواهد داشت که پاسخ به هر یک از این سؤالات، مباحث دامنه دار و گسترده‌ای را برانگیخته و مجال بیشتری را طلب می‌کند، از جمله:

۱. آیا ماهیت سرشت مشترک رنگ الاهی دارد، یا رنگ الحادی؟

۲. آیا ماهیت سرشت مشترک نوعی شناخت و آگاهی است، یا نوعی گرایش و میل، یا هر دو؟

۳. آیا منظور از سرشت مشترک وجوه بالقوه انسانی است، یا وجوه بالفعل، یا هر دو؟

۴. آیا به وجوه مشترک حیوانی نظر داریم، یا وجوه مشترک فرا حیوانی؟

۵. آیا سرشت مشترک انسانی همان فطرت نیک و بد و حس اخلاقی است، یا محدود به آن نبوده و سایر فطریات را هم شامل می‌شود؟

۶. آیا سرشت مشترک بالذات و بالاصاله میل به خیرات و نیکی‌ها دارد، یا به شرور و بدی‌ها؟

۷. توجیه صحیح از نفوس اماره، مسوله، لوامه چیست؟ و سؤالات دیگر.

ما به اختصار مراد و مقصود اجمالی از سرشت انسانی و ادله اثبات اصل وجود آن را بر طبق روش‌های برون دینی و درون دینی بررسی کرده و به اجمال نگاه متون دینی به سرشت مشترک و فطرت الاهی و اخلاقی انسان را پی می‌گیریم.

الف) مقصود از طبیعت و سرشت مشترک

درباره مراد از طبیعت مشترک یادآور می‌شویم که هر نوع از انواع حیوانات قطع نظر از تفاوت‌های ظاهری دارای غرایز مشترکی نظیر غریزه حفظ و صیانت ذات، شهوت و تولید مثل هستند. انسان نیز نوعی از انواع حیوانی است که در کنار سایر حیوانات دارای طبیعتی مشترک یا حیوانات است که مقصود ما نیست. مراد ما از طبیعت و ذات مشترک انسانی، پاره‌ای از خصوصیات فراحیوانی است که بالذات فقط در میان افراد بشر یافت می‌شود. به همین دلیل آن دسته از صفات عارضی که بر اثر تأثیرات محیط اجتماعی و تربیتی در او یافت می‌شود مبین این طبیعت مشترک نیست.

اگر بتوان اثبات کرد که دستگاه ادراکی و احساس بشر از شناخت و ادراکات خاص و همچنین از گرایش‌ها و تمایلات ویژه‌ای برخوردار است که سایر حیوانات از داشتن آن‌ها محرومند، در این صورت، وجود طبیعت مشترک ویژه و فراحیوانی انسان اثبات می‌شود.

این خصوصیات ویژه می‌تواند اموری فعلی و شکل گرفته باشد و می‌تواند پاره‌ای استعدادها و قابلیت ها باشد؛ زیرا سرشت انسانی در صورت واقعیت و موجودیت داشتن، حقیقتی خواهد بود که از بدو خلقت، انسان را همراهی می‌کند.

بنابراین غرض از طبیعت و سرشت انسانی، مجموعه‌ای از استعدادها – اعم از جسمانی و روانی – و برخی از فعلیت‌هاست که پیش از تأثیر محیط مادی و اجتماعی و به طور غیر اکتسابی در انسان‌ها موجود است.

ب) روش‌های شناخت طبیعت و سرشت مشترک انسانی

ضرورتی وجود ندارد که در میان روش‌های مختلف، یک روش به عنوان روش انحصاری معرفی گردد، هر چند ممکن است تحلیل روش‌ها ما را به این نتیجه برساند که راه معقول، به کارگیری ترکیبی از چند روش است.

روش‌های پیشنهاد شده جهت شناخت سرشت انسان عبارتند از: روش مشاهده و تجربه، درون بینی روان‌شناختی، تتبع تاریخی، روش عقلی و مدد گرفتن از متون دینی.

بررسی نقاط ضعف و قوت این روش‌ها و میزان کارآیی آن‌ها از حوصله این مقاله خارج است؛ ولی واقعیت این است که شناخت گسترده و جامع از طبیعت بشر جز با استفاده از کلیه‌ی روش‌های موجود میسر نیست. در میان روش‌های موجود داده‌ی روش استفاده از متون دینی و روش عقلی از درجه اتقان و اعتبار بیشتری برخوردار است و در عین حال از دستاوردهای روش تجربی، درون نگری و روش تاریخی نباید غفلت ورزید.

اثبات خلقت ویژه و فراحیوانی در انسان، اثبات قابلیت‌ها و زمینه‌هایی مشترک است که حاکی از وجود ذات مشترک در انسان می‌باشد. اختلاف در کیفیت این خصوصیات مشترک و شدت و ضعف آن‌ها در افراد مختلف، خللی به جود این ماهیت در انسان وارد نمی‌سازد.

در میان متفکران برخی همچون ارتگا ای گاست (۲) و یاسپرس (۳) اساساً فکر وجود طبیعت و ماهیت و ذات مشترک انسانی شده‌اند.

جنبه‌های فراحیوانی و خلقت ویژه انسان را می‌توان در دو بعد ادراکی و گرایش جستجو کرد. این جستجو هم به مدد متون دینی امکان پذیر است و هم به کمک عقل و تجربه که ما در ابتدا از روش غیر دینی بهره گرفته و سپس با آیات و روایات مسأله فطرت و سرشت آدمی اثبات می‌کنیم.

ج) اثبات شناخت‌های فطری و اخلاقی مشترک بشری به روش برون دینی

یکی از ادله تجربی آن است که دستگاه ادراکی بشر او را به طور طبیعی قادر می‌سازد بر طبق اصول و قوانین خاص تشکیل قیاس و استدلال نماید.

این عملکرد به طور فطری و طبیعی انجام پذیرفته و بشر را بر پایه رعایت اصول منطقی جلو می‌برد. این دو نمونه، یعنی تشکیل قیاس توسط قواعد بدیهی و رعایت شروط اعتبار اَشکال قیاس دستگاه ادراکی در همه انسان‌ها وجود داشته و بشر را به طور ذاتی و طبیعی قادر بر ادراک مجهولات می‌سازد.

از جمله شناخت‌های مشترک بشری، شناخت‌های ارزشی و اخلاقی است، تجارب بشری و تتبع تاریخی نیز حاکی از وجود باورهای اخلاقی مشترک در میان انسان‌ها است. برخی مانند « امانوئل کانت» از این شناخت‌ها و از قضایای اخلاقی مشترک به فرامین عقل عملی محض تعبیر می‌نمایند که گاه از آن به حسن اخلاقی یا وجدان اخلاقی تعبیر می‌شود.

بر این اساس انسان‌ها همگی از قوه و استعداد اخلاقی خاصی برخوردارند که پس از شکوفایی، احکامی «ما قبل تجربه» خواهد داشت که انسان به این احکام و فرامین قبل از تجربه و حس و تعلیم برونی و قبل از القائات محیط و جامعه آگاهی و شناخت دارد، عده‌ای در مقابل این احکام را نتیجه تعلیم و تربیت و القائات جامعه و محیط اطراف می‌دانند. مثلا «مارکس» و «دورکهیم» از معتقدان افراطی اصالت اجتماع اند که کلیه شوون فردی انسان را تابع مقتضیات جامعه می‌دانند و به ویژگی‌های ذاتی انسان که از غیر محدوده اجتماع شکل گرفته باشد، اعتقاد ندارند (۴).

از نظر مارکس، چیزی به نام ماهیت انسانی ثابت وجود ندارد و افعال و آرا و خلقیات همگی معلول اوضاع و احوال جامعه هستند و فرد انسانی محصول جامعه و تاریخ است.

از نظر دورکهیم نیز انسان با وصف تمدن انسان است و تمدن تنها در ظرف اجتماع تحقق می‌یابد و الا انسان در خارج از ظرف اجتماع، حیوانی بیش نیست (۵).

برخی نیز معتقدند که وجدان یا حسن اخلاقی یا عقل عملی، به عنوان قوه‌ای جدا از عقل نظری و سایر قوای نفسانی نیست؛ لذا عقل انسان همان گونه که ادراکات نظری دارد، ارداکاتی عملی نیز دارد که مستقل از ادراکات و احکام نظری عملی نیست (۶).

برخی اندیشمندان همچون استاد جوادی آملی اشاره می‌کنند که عقل عملی دو اصطلاح دارد: در اصطلاح اولی، عقل عملی مدرِک مطالب حکمت عملی (باید و نباید) است که این اصطلاح رایج است، اما در اصطلاح دوم ادراک حکمت عملی مانند ادراک حکمت نظری فقط بر عهده‌ی عقل نظری است که مسئول جزم و علم است، اما عزم، تصمیم، اراده، اخلاص و سایر مطالب عملی همگی بر عهده عقل عملی است (۷).

ایشان همچنین با استناد به برخی شواهد تجربی و تلفیق آن با استدلال عقلی و شواهد درونی، برهانی بر شناخت طبیعت مشترک انسانی اقامه کرده‌اند که با این تلفیق کاستس‌های دیگر روش‌ها مانند ظنی بودن روش جبران شود.

به هر حال این ادراکاتِ ارزشیِ مشترک، قطع نظر از این که کار عقل محض باشد، همان گونه که کانت معتقد است و یا کار عقل نظری باشد، شاهدی بر وجود قابلیت‌ها و استعدادهای اخلاقی مشترک در بین انسان‌ها هستند.

د) اثبات گرایش‌های فطری و اخلاقی مشترک بشری به روش برون دینی

گرایش‌ها و تمایلات مشترکی نظیر علم طلبی، حقیقت جویی به میل به پرستش موجود اعلی و اسطوره سازی و تمجید و مدح از اسطوره‌ها به کمال خواهی زیبایی طلبی و در این میان گرایش و میل به فضیلت خواهی دلیل دیگری است که به وضوح از گرایش‌های انسانی مشترک و ویژه و فرا چندانی پرده بر می‌دارد.

علل و عوامل خارجی هر چند در رشد و شکوفایی و فعلیت یافتن این تمایلات و یا شدت و ضعف آن‌ها مؤثرند اما تأثیری در اصل پیدایش و تکوین آن‌ها ندارند. این گرایشات قابلیت سلب کلی را از انسان‌ها نداشته و در همه جوامع بشری و در هر عصر و مصر در نهاد بشر موجودند.

از جمله این گرایش‌ها فطرت اخلاقی بشر است که متفکرانی را به قضاوت ارزشی در باب طبیعت انسان و این سؤال وا داشته است که فطرت انسان به لحاظ میل به فضایل و نیکی‌ها و در مقابل به لحاظ میل به بدی‌ها و فسادها و تباهی‌ها چه اقتضایی دارد.

روان‌شناسان رفتارگرا و اگزسیتانیالیست‌ها انسان را از لحاظ میل به خوبی و بدی ذاتی خنثی می‌دانند. رفتارگرایان، ساختمان شخصیت انسان را معلول عوامل محیطی و تربیتی می‌دانند.

اگزسیتانسیالسی‌ها انسان را فاقد ذات و ماهیت ثابت و مشخص می‌دانند و انسان را همانند مومی که به هر شکل درمی‌آید، می‌دانند که با انتخاب و اراده آزاد، خویشتن خویش را شکل می‌دهد.

توماس هابز با دیدی مادی گرایانه منکر وجود جوهر روحانی در انسان است و انسان را موجودی برتری طلبی و خودخواه می‌داند. انسان به دلیل داشتن غریزه صانت و حفظ ذات، فقط به فکر امنیت خویش است و در این راه به خطایی دست می‌زند و هیچ قانونی را رعایت نمی‌کند. بنا به گفته مشهور هابز «زندگی بشر در انزوا و فقیرانه و بسیار کثیف و خشن و حیوانی و کوتاه خواهد گذشت» (۸).

همچنین مسیحیت نیز با طرح نظریه «گناه نخستین» طبیعت انسان را دارای نقیصه ذاتی و مقدر می‌داند. گناه‌کاری ذاتی در الهیات مسیحی، گناه آدم (ع) است. مسیحیان این کیفیت را از طبیعت بشری می‌دانند که از اصل شَرور است و غُسل تعمید این گناه اساسی را از انسان می‌زداید، ولی همچنان تمایل به گناه در انسان باقی است. معنای نظریه گناه اولیه در تحلیلی دیگر می‌تواند اشاره به این باشد که هیچ یک از اعمال ما نمی‌تواند مطابق معیارهای کامل الاهی باشد، نه این که ما کاملا پلید هستیم و هیچ کار خوبی از ما صادر نمی‌شود (۹).

در مقابل برخی روان‌شناسان، نگاهی خوش بینانه به طبیعت انسان دارند، «کارل راجز» معتقد است که اگر انسان با اعمال مقررات و تحمیل ارزش‌های اجتماعی روبرو نشوند و به حال خود رها شوند، گرایش بر خوبی خواهند داشت (۱۰).

ه) دیدگاه قرآن کریم راجع به سرشت و طبیعت مشترک انسان

قرآن کریم در آیات مختلف دو نوع اظهار نظر درباره انسان نموده است. در برخی از آیات از کرامت و بزرگی انسان سخن به میان آمده و شناخت‌ها و گرایش‌های مثبتی به انسان نسبت داده شده است:

۱. «و لقد کرمنا بنی آدم» (اسراء/۷۰)؛ به درستی که فرزندان آدم را گرامی داشتیم.

۲. «فطرت الله التی فطر الناس علیها لا تبدیل لخلق الله» (روم/۳۰)؛ سرشت خدایی که مردم را بر آن سرشته است، آفرینش خدا تغییر پذیر نیست.

۳. «حبب الیکم الایمان و زینه فی قلوبکم و کره الیکم الکفر و الفسوق و العصیان» (حجرات/۷)؛

خدا ایمان را برای شما دوست داشتنی گردانید و آن را در دل‌های شما بیاراست و کفر و پلیدی و سرکشی را در نظرتان ناخوشایند ساخت.

در مقابل آیاتی است که به گونه‌ای انسان را مورد مذمت و نکوهش قرار داده است.

۱. «ان الانسان لربه لکنود» (عادیات/۶)؛ به درستی که انسان نسبت به پروردگارش سخت ناسپاس است.

۲. «قتل الانسان ما اکفره» (عبس/۱۷)؛ کشته باد انسان، چه ناسپاس است.

۳. «ان الانسان خلق هلوعاً اذا مسه الشر جزوعاً و اذا مسه الخیر منوعاً الا المصلین» (معارج/۱۹-۲۲)؛ به راستی انسان آزمنده خریص (و بیتاب) خلق شده است، چون شری به او رسد عجز و لابه کند و چون خیری به او رسد، بخل ورزد، غیر از نمازگزاران.

۴. «و اذا انعمنا علی الانسان اعرض و نئابجانبه و اذا مسه الشر کان یؤساً» (اسراء/۸۳)؛ و چون آسان نعمت ارزانی داریم، روی می‌گرداند و پهلو تهی می‌کند و چون آسیبی به وی رسد، نومید می‌گردد.

در این آیات و مشابه آن‌ها انسان را موجودی حریص، بخیل، کم طاقت و کم حوصله و ناسپاس معرفی می‌کند.

این یک توجیه در جمع بین آیات ستایش و نکوهش، ذات و سرشت انسان کانون گرایش‌ها و انگیزه‌های متضاد مادی و معنوی است. همان گونه که فطرت الهی و اخلاقی در انسان امری غیر اکتسابی و ذاتی است، غرایز حیوانی نیز اموری فطری و ذاتی می‌باشند.

طبق این تحلیل اگر سرشت انسانی را یک سره خیر بدانیم ره به خطا پیموده‌ایم و اگر او را موجودی شرور بخوانیم، از زحمات خیرخواهانه او غافل شده‌ایم. بنابراین حمل بهتر آن است که به جای قضاوت درباره سرشت مشترک به قضاوت درباره‌ی شاکعه افراد بپردازیم، زیرا در میدان عمل و انتخاب و کشمکش میان تمایلات متضاد، جوهر انسانیت هر فرد آشکار شده و شخصیت اخلاقی و ارزشی خود را بروز می‌دهد.

تحلیل و توجیه دوم آن است که ساحت درون انسان دارای دو منزلت؛ یعنی، «فطرت» و «طبع» می‌باشد. غرایز و تمایلات حیوانی که با جسم او در ارتباط است، طبع آدمی را تشکیل می‌دهد و از این لحاظ انسان حریص و بخیل و ظلوم و جهول و خودخواه است.

در مقابل فطرت انسان صرفاً منسوب به روح آدمی است که به نورانیت عقل منور است.

این دو منزلت، دو مرتبه از حقیقت آدمی است که مرتبه فطرت کمال و غایت نهایی انسان را رهنمون می‌شود و مرتبه طبع او در درجه نازلتر واقع شده و بر جسم و بقای جسمی او مربوط می‌شود که باید در کنترل قوای فطری و عقلی او واقع شود.

تفاوت این توجیه با توجیه نخست در آن است که طبق تحلیل نخست زمینه‌های مثبت و منفی انسان به طور یکسان شامل سرشت و ذات او می‌شود، ولی بر طبق تحلیل دوم این زمینه‌ها به دو مرتبه و مقام و منزلت از انسان متعلق بوده که بین این دو مقام اختلاف درجه وجود دارد.

در برخی آیات نظیر آیات ۵ و ۶ سوره تین از این دو جهت و دو مرتبه سخن به میان آمده و جنبه فطری را بر جنبه طبعی مقدم داشته است: «لقد خلقنا الانسان فی احسن تقویم ثم ردناه اسفل سافلین الا الذین آمنوا و عملوا الصالحات» (تین/۵-۶)؛ به راستی ما انسان را در نیکوترین اعتدال آفریدیم، سپس او را به پست ترین مراتب باز گردانیدیم، مگر کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته کرده‌اند.

آیه شریفه بیانگر این حقیقت است که انسان در آغاز آفرینش از قوام و اعتدالات نیکویی برخوردار بوده که زمینه‌ها و قابلیت‌های فطری را برای او به وجود می‌آورد تا بر طبق آن به کمال نهایی و قرب الهی راه یابد مراد از احسن تقویم همین است. اما اعمال ناشایسته همان ابزاری‌اند که او را به اسفل سافلین می‌کشانند (۱۱).

و) تحلیل فطرت الهی و اخلاقی بشر از دیدگاه آیات

کلمه فطرت به معنای خلقت ابتدایی و ویژه است؛ یعنی، اموری که انسان ذاتاً و بدون اکتساب واجد آن‌هاست. این کلمه بر خلاف کلمات دیگر نظیر طبیعت، ذات، غریزه، خلقت و غیر این ها مختص انسان است هر چند این کلمات نیز درباره انسان به کار می‌رود. با این حال قلمرو به کارگیری این کلمات یکسان نیست مثلاً به کارگیری غریزه به اموری مادی و حیوانی اشاره دارد و فطرت به امور فراحیوانی. آنچه حائز اهمیت است این است که انسانیت انسان تابع ویژگی‌هایی است که به طور ذاتی و غیر اکتسابی و به تعبیر دیگر به طور فطری در او موجود است.

این ویژگی در انسان در آیه ۳۰ سوره روم به صراحت به فطرت الهی توصیف و تعبیر شده است که آمادگی پذیرش دین الهی را دارد هر چند بسیاری از انسان‌ها از وجود آن در درون ذات خویش غافل‌اند. این ویژگی که در روایات از آن به فطرت توحیدی یاد شده است قطع نظر از آن که امری معرفتی (حصولی یا حضوری) و یا ماهیتی گرایش گونه و تمایلی باشد، حاکی از ارتباط عمیق درونی انسان با خداوند یگانه است که در پاره‌ای اوقات مانند مواقع اضطراری و زمانی که انسان از هر قدرتی قطع امید نموده است و از اسالت مادی دل کنده است بدان توجه خالصانه نموده و قدرتی را در درون خود می‌یابد که فوق همه قدرت‌ها و از همه کاملتر است. قرآن مجید بدین حقیقت در آیه ۶۵ سوره عنکبوت و آیات دیگر اشاره می‌کند.

البته باید بدین نکته توجه داشت که اگر میل و عشقی به پرستش و کمال خواهی در انسان است، معقول نیست که متعلق این میل و عشق نامعلوم و مجهول مطلق باشد، بلکه نوعی شناخت و آگاهی از این کمال مطلق وجود داشته که انسان بدان تمایل و گرایش دارد.

همه افراد بشر، از ماده گرا تا موجد درون قلبشان متوجه کمال است که نقص ندارد و میل در آن‌ها به پرستش چنین موجود کامل وجود دارد. این میل با جذبه‌ای بالفعل و نه صرف تصور آن است که دلالت بر وجود بالفعل موجود کامل می‌نماید؛ زیرا تا کمال مطلقی بالفعل وجود نداشته باشد، جذبه و عشق بالفعلی نیز وجود نخواهد داشت و عشق فعلی، معشوق فعل را طلب می‌کند.

در مقابل غفلت بشر- به لحاظ تعلق او به عالم ماده و بعد دوم؛ یعنی، بعد حیوانی و طبیعی او- انبیا و اولیا، بشر را در جهت رفع نسیان و غفلت، دعوت به پاسخ گویی به ندای فطرت نمودند تا گنجینه‌ی عقول بشر را اثاره و میثاق فطرتش را استیئاد نمایند. همان گونه که در کلمات حضرت امیر در نهج البلاغه آمده است: «...فبعث فیهم رسله و واتر الیهم أنبیاءه لیستادوهم میثاق فطرته و یذکروهم منسی نعمته و یحتجو علیهم بالتبلیغ و یثیروا لهم دفائن العقول...»؛ یعنی، پس خداوند فرستادگان خود را در میان خلق خود فرستاد و پیامبرانش را پی در پی به سوی آنان مبعوث داشت تا از ایشان بخواهند پیمانی را که در سرشت و فطرتشان نهاده بود، ادا کنند و نعمت الاهی را که به فراموشی سپرده شده بود، به یادشان آورند و با تبلیغ فرمان‌های خداوندی حجت را بر آن‌ها تمام کنند و عقلی را که موجب معرفت حق است و در وجودشان نهان گردیده بود، در ایشان برانگیزانند (نهج البلاغه، خطبه اول).

از دیگر ویژگی‌های انسان آگاهی و تمایل او به اصول اخلاقی و تشخیص خیر و شر است که خود شاهدی بر وجود سرشت و طبیعت مشترک در همه‌ی انسان‌هاست؛ منتهی سرشت مشترک منحصر به حسن اخلاقی در بشر نیست و شاید بتوان ارتباط امور فطری اعم از اخلاقی و اعتقادی را به نحوی از آن کشف نمود.

در آیات متعدد به وجود فطرت اخلاقی در بشر اشاره شده است که نوعی آگاهی غیر اکتسابی و الهام گونه از سوی خداوند می‌باشد. از باب نمونه در آیه سوره شمس می‌خوانیم: «و نفس و ما سویها فالهمها فجورها و تقویها» (۸-۷).

این آیه شریفه دلالت بر نوعی درک اخلاقی می‌نماید که ممکن از شؤون عقل عملی یا وجدان او باشد و یا ممکن است از شؤون عقل نظری او که در مراحلی از رشد به فعلیتِ ادراکِ این اصول اخلاقی نایل می‌شود.

در آیه ۷۲ سوره انبیاء نیز می‌خوانیم: «و جعلناهم ائمة یهدون بامرنا و اوحینا الیهم فعل الخیرات و اقام الصلوه و ایتاء الزکاه و کانوا لنا عابدین»؛ یعنی، و آنان را پیشوایانی قرار دادیم که به فرمان ما مردم را به راه سعادت آورند و به مقصد برسانند و آنان را با نیرویی الاهی که در درونشان نهاده و استوارشان ساخته‌ایم فرا خوانده و به انجام کارهای نیک و بر پایه نماز و پرداخت زکات سوقشان داده‌ایم و آنان پیش از این نیز پرستش گران ما بوده‌اند.

مراد از وحی در این آیه هدایت و وحی تشریعی به امری الهی نیست، بلکه مقصود همان نیروی باطنی و الهام و هدایت درونی و تأیید الهی در انجام افعال خیر است که در برخی انسان‌ها قوی و در برخی ضعیف است.

افعال و صفات اخلاقی انسان در سطحی پایه

الف) طرح سؤال اصلی

بعد از دانستن این مقدمات ضروری در بحث و اثبات میل یا حس اخلاقی در انسان و وجود آمریتی در نفس او که او را به انجام خیرات و اجتناب از شرور دعوت می نماید، (در مقابل وجود آمریتی دیگر که او را به بدی‌ها امر می‌نماید) این سوال اصلی مطرح است: افعالی که انسان طبق حس اخلاقی خویش انجام می‌دهد و قطعا به قضاوت عقل دارای حسن و ارزش ذاتی است، آیا در واقع و نفس الامر؛ یعنی، نسبت به ارزش گذاری از ناحیه خالق انسان و ایجاد کننده حس اخلاقی در او، دارای ارزش می‌باشد. به عبارت دیگر حُسن ذاتی فعل که به واسطه حجت عقل ثابت شده است، دلالت بر حُسن فعل عندالله و به تبع حسن عامل و استحقاق اجر یا تخفیف عذاب برای وی می‌نماید؛ هر چند خود شخص عامل متوقع این اجر نبوده و یا اعتقادی به تعلق اجر بدان یا اصولا اعتقادی به وجود اجر دهنده نداشته باشد.

همچنین بعد از مرحله اثبات ارزش و تعلق حُسن و اجر عندالله، افعالی که از روی عواطف انسانی انجام می‌گیرد و فاعل حتی از حسن ذاتی فعل غافل بوده و به طور نا خود آگاه به انجام فعل گرایش دارد، نظیر حس دلسوزی و مهربانی مادر به فرزند، آیا دارای ارزش اخلاقی مطلق می‌باشند و یا ارزش اخلاقی آن‌ها مشروط بوده و با حصول شرط، اجر نیز تعلق خواهد گرفت.

براین اساس قطع نظر از بررسی تفصیلی نظریات اخلاقی و مبانی فعل اخلاقی و اثبات اجمالی نظریه مبتنی بر سرشت انسانی دو نکته را باید از هم تفکیک کنیم:

نکته نخست آن که حُسن و ارزش عمل در مقیاس مردمی و ملکی غیر از حُسن ملکوتی و ارزش آن نزد خداست.

نزد خداوند عملی ارزش دارد که برخاسته از حداقل نصاب ارزش؛ یعنی، توجه فاعل به حسن عمل و انگیزه او در راستای حسن باشد که ما از آن به حسن فاعلی یاد می‌کنیم؛ اما نزد مردم بیشتر کمیت عمل و فایده چشمگیر آن مهم تلقی می‌گردد.

نکته دوم آن که ارزش عمل نزد خداوند دو گونه تجلی می‌یابد: یکی آنست که عمل به حدی از حسن فعلی و فاعلی رسیده است که شایسته اعطای مزد و ثواب است و آن عملی است که با ایمان به مبدأ و معاد توام باشد و عمل را برای مبدأ و معادش انجام دهد نه برای نفع شخصی مادی. دیگر آن است که عمل را به لحاظ حسن نفس عمل و به انگیزه نیل بدان حسن انجام دهد که از حداقل نصاب حسن فعلی و فاعلی و از حداقل کیفی برخوردار باشد. در این صورت عمل به اندازه نیت فاعل نزد خداوند دارای ارزش است و اگر فاعل آن شایسته اعطای پاداش در مقابل عمل نباشد، باعث رفع یا تخفیف عذاب دنیا یا آخرت او می‌گردد؛ هر چند فاعل معتقد به مبدأ و معاد نباشد (نصاب حداقلی ارزش اخلاقی عمل).

بنابراین سوال اساسی این است که حداقل نصاب نیت که روح عمل را تشکیل می‌دهد چگونه محقق خواهد شد. آیا در تحقق آن نیازی به اعتقاد فاعل به خداوند یا ثواب و جزای الهی است؟ به دیگر سخن آیا برای ایجاد حسن در فاعل، فاعل باید مؤمن به خداوند و روز جزا باشد و عمل را برای او انجام دهد یا آن که فاعل فعل از آن جهت که انسان است می‌تواند عملی را که دارای ارزش انسانی است با این توجه و قصد که عملی نیکو و انسانی است، انجام دهد؟

به عقیده‌ی ما که شواهد زیادی نیز بر آن دلالت دارد، صرف این که شخص فاعل عمل را روی اختیار به جهت و سمت و سوی نیل به حسن عمل انجام دهد، در نصاب حداقلی حسن فاعلی (نیت) کافی است؛ اما اگر فاعل به مبدأ روحانی اشیا و افعال؛ یعنی، خداوند اعتقاد داشته باشد و عمل را به لحاظ رسیدن به نفع معنوی و جزای اخروی و بالاتر از آن‌ها خشنودی خداوند از عمل انجام دهد به مراتب عمل دارای ارزش افزوده و حسن عالی و والا گردیده و فاعل را بیشتر در سلوک خود از خود خواهی به منزل خلوص و خدا خواهی رهنمون می‌سازد.

طبق شواهدی که ارائه خواهیم داد ایمان به خداوند و روز جزا و همچنین ایمان و اعتقاد به دین اسلام و بالاتر از آن ایمان و اعتقاد به مذهب تشیع، شرط قبولی عمل به معنای عام؛ یعنی، ثبت عمل و ملاحظه آن در محضر عدل الاهی و در میزان و سنجش خداوندی و واجد بودن حسن فعلی و فاعلی نزد خداوند، در نصاب حداقلی نیست؛ بلکه شرط قبولی عمل به معنای خاص و رسیدن به درجات و کمالات نیت می‌باشد.

برای توضیح می‌بایست حُسن فعلی وحُسن فاعلی را در فعل اخلاقی بیشتر مورد بررسی قرار دهیم.

ب) نصاب حداقلی در حُسن فعلی

موضوع وجود حسن در افعال و اوصاف اخلاقی انسان و اتصاف فعل و صفت به اخلاقی بودن با شرط وجود حُسن، تقریبا مورد اتفاق همه نظریات اخلاقی است.

ما به طور اجمال اشاره می‌کنیم که مراد از حسن فعلی همان حسن ذاتی فعل است که بشر به خاطر داشتن حس اخلاقی می‌تواند عمل حسن و نیکو را از عمل طبیعی و عادی تشخیص داده و تمجید وتحسین دیگران را برانگیزد.

حداقل نصاب حسن فعل را بیشتر این گونه تفسیر و تحلیل کرده‌اند که فعل از لحاظ حس اخلاقی موجود در انسان ذاتا دارای حسن باشد. به عقیده ما این گونه افعال، افعالی‌اند که از لحاظ سرشت انسانی، دارای جنبه انسانی باشند؛ یعنی، از روی اختیار و از جنبه فراحیوانی او صادر شده باشند.

بنابراین نشانه‌های انسانی بودن فعل (نصاب حداقلی فعل اخلاقی) را در موارد ذیل جستجو کرد:

- صدور فعل از روی اختیار
- صدور فعل از روی سرشت و حس و میل اخلاقی در انسان
- حسن ذاتی فعل به تشخیص عقل فطری انسان بدون شوائب نفسانی و حیوانی

در برخی موارد فعلی از روی صفات راسخه و ملکات پسندیده انسانی نظیر جود و سخا، شجاعت صادر می‌شود که به طور طبیعی ارزش بالاتری از افعال انسانی- اخلاقی که به طور اتفاقی از انسان صادر می‌شود، دارد؛ حتی نفس وجود صفات راسخه انسانی در افراد، با عدم آن‌ها نزد خداوند مساوی نیست و افراد از این حیث نزد خداوند برابر نیستند.

البته درباره رابطه افعال با صفات و حالات و تعلقات و ملکات درونی و عقاید و افکار و تاثیر آن‌ها بر یکدیگر در کسب حُسن و قُبح حداقلی و حداکثری، مباحث گسترده و دقیقی مطرح می‌شود که از حوصله این مقاله خارج است؛ اما ما به طور فهرست وار به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم و بحث مفصل درباره آن‌ها را به مجالی دیگر حواله می‌دهیم:

نقش شناخت و علم و بالخصوص شناخت و اعتقاد به مبدأ و انبیا و اولیا در ارزش گذاری صفت و فعل اخلاقی

- نقش ایمان در تاثیر گذاری بر عمل اخلاقی و رابطه ایمان با علم
- امامیت و جلوداری علم نسبت به عمل
- نقش حب ذاتی انسان و حب به غیر در عمل اخلاقی
- ماهیت شوق و حب و تاثیر آن در فعل اخلاقی
- تفاوت شوق و عشق در تاثیر گذاری بر فعل اخلاقی

- تفکیک دقیق میان افعال صادر شده بر اساس سرشت انسانی و بر اساس نیازهای بشری
- تفکیک دقیق میان افعال صادر شده بر اساس سرشت انسانی و بر اساس قانون طبیعی یا بر اساس توافق و قرارداد بین افراد (۱۲)

ج) نصاب حداقلی در حُسن فاعلی (نصاب در نیت)

همان گونه که اشاره کردیم به طور طبیعی تمجید و تحسین دیگران می‌تواند به خاطر نفس عمل و حسن آن باشد؛ اما برای ارزشمندی فعل، حسن فعلی کافی نیست، بلکه علاوه بر حداقل ارزش ملکی باید دارای حداقل ارزش ملکوتی نیز باشد که ما از آن به عنوان «نصاب در نیت» تعبیر می‌کنیم.

هر عملی دارای دو جنبه است: یک جنبه، با نگاه به ذات عمل است که در ذاتش دارای حسن یا قبح یا خالی از هر دوست. جنبه دیگر با نگاه به عامل است که عمل با چه انگیزه‌ای از عامل صادر می‌شود. جنبه اول جنبه ظاهری و به تعبیر فلسفه جنبی ملکی و بیرونی عمل است و جنبه دوم جنبه ملکوتی و درونی عمل است.

همان گونه که شخصیت و ارزش واقعی انسان همان روح اوست، ارزش واقعی عمل نیز به روح عمل؛ یعنی، نیت فاعل است. هر چه نیت فاعل صلاحیت و حسن بیشتری داشته داشته باشد بر حسن فعل افزوده و اثر آن؛ یعنی، تاثیر درونی و بیرونی آن را بر خود فاعل و دیگران افزایش می‌دهد.

حداقل نصاب نیت که به فاعل و فعل حسن و صلاحیت می‌بخشد، خلوص نیت از شائبه نفسانیت و خروج از مرز حیوانیت و دخول آن در دایره انسانیت است. هر مقدار که شخص فاعل در سلوک خود جنبه‌های ملکی و مادی و حیوانی را کنار گذاشته و جنبه‌های ملکوتی و روحانی و به ویژه الهی را در نظر آورد و با توجه بدان‌ها، شوق و انگیزه را برای عمل در خود ایجاد نماید، عمل دارای صلاحیت برتر و بالاتری خواهد بود.

حاصل کلام آن که، ملاک ارزش عمل صورت عمل و میزان اخلاص و سفر از خودخواهی به منزل اخلاص است. بنابراین هر چند ارزش عمل صرفا به فایده و تبعات مفید آن برای شخص یا خانواده یا اجتماع نیست؛ بلکه باید از حداقل میزان اخلاص و صورت ملکوتی برخوردار باشد، ولی اگر عمل را به خاطر حس انسانی انجام دهد و اعتقادی نیز به خداوند نداشته باشد؛ یعنی، به نحوی عمل را بدون منفعت شخصی و خودخواهی انجام دهد؛ اما نه به قصد توجه به سوی خداوند یا خشنودی و قرب به سوی او، آیا می‌توان پذیرفت که هیچ ارزش ملکوتی نداشته و انجام آن با عدم انجام آن در دادگاه عدل الاهی مساوی است؟

آنچه تاکنون ارائه کردیم شواهدی عقلی بر این مساله بود. از آیات و روایات نیزاستفاده می‌شود که انجام و عدم انجام آن نزد خداوند مساوی نیست. بنابراین در فصل بعد به ارائه شواهد نقلی در این زمینه می‌پردازیم.

د) شواهد قرآنی

قرآن کریم در طوائفی از آیات به گونه‌های مختلف به این مساله اشاره کرده است که در ذیل برخی از این طوائف را می‌آوریم و ترجمه آیات را به رجوع خواننده به تراجم قرآن کریم حواله می‌دهیم.

۱- در برخی آیات به همراهی و تطابق عمل با اجر عمل اشاره کرده، می‌فرماید:

«فمن یعمل مثقال ذرهٔ خیرا یره و من یعمل مثقال ذرهٔ شرا یره» (زلزال/۸)، در این آیه شریفه عمل و عملکرد را به خیر و شر تقسیم کرده و مثقال ذره‌ای از عمل خیر و شر را در معرض دید عامل قرار می‌دهد که کنایه از اجر عمل و بدون پاسخ نگذاردن آن است.

در آیه دیگر می‌فرماید: «انی لا اضیع اجر عمل عامل من ذکر و انثی» (آل عمران/۱۹۵) در این آیه شریفه به نحوی کلی تر حتی عمل را به خیر و شر توصیف نکرده و به طور کلی هر عملی، اگرچه در حسن و قبح و خیر و شر بودن و یا حتی اباحه آن تردید و تشکیک کنیم، در محاسبه الاهی ضایع و هدر و بدون اجر شمرده نشده است و آیات متعدد دیگری که نه تنها درباره نفوس انسانی بلکه حتی درباره امت‌ها به این معنا و مضمون وارد شده است، مانند آیه «کل امهٔ تدعی الی کتابها الیوم تجزون ما کنتم تعملون» (جاثیه/۲۸).

۲- در برخی آیات به توفیه عمل یعنی به دادن جزای کامل کسب و عمل و توافق عمل با جزای آن (عدم ظلم) اشاره کرده می‌فرماید: «و وفیت کل نفس ما کسبت و هم لا یظلمون» (آل عمران/۲۵)، «و توفی کل نفس ما عملت و هم لا یظلمون» (نحل/۱۱۱).

۳- آیاتی چند نیز به درجات عمل انسان و تعلق اجر و جزا به اندازه سعی و تلاش او اشاره شده است: «و لکل درجات مما عملوا و ما ربک بغافل عما یعملون» (انعام/۱۳۲)، «لکل درجات مما عملوا» (نجم/۳۱)، «و ان لیس للانسان الا ما سعی» (نجم/۳۹)، «یوم یتذکر الانسان ما سعی» (نازعات/۳۵)، «ان الساعة آتیة اکاد اخفیها لتجزی کل نفس بما تسعی» (طه/۱۵).

۴- در بعضی دیگر از آیات به رابطه تکوینی کسب عمل خیر و شر همه نفوس با آثار آن بر روی نفس و همراهی نفس با عمل و آثار عمل و به تبع تعلق اجر و جزا بدان اشاره می‌نماید: «کل نفس بما کسبت رهینة» (مدثر/۳۸)، «کل انسان الزمناه طائره فی عنقه» (اسراء/۱۳).

۵- همچنین آیاتی که حکایت از یک وجود آزادی تکوینی و آگاهی (نفس ملهمه) و وجدان (نفس لوامه) و توان اختیار نیک و بد در سرشت انسان می‌کند که این آزادی و اختیار جزء لوازم فعل اخلاقی است، مانند «و نفس و ما سواها فالهمها فجورها و تقواها» (شمس/۷)، «و اوحینا الیهم فعل الخیرات» (انبیاء/۷۳)، «لا اقسم بالنفس اللوامه» (قیامة/۲).

و همچنین آیاتی که از وجود نفس مسوّله و امّاره و متمایل به پلیدی‌ها و بدی‌ها در انسان حکایت می‌کند، مانند: «وما ابرء نفسی ان النفس لامارة بالسوء ال ما رحم ربی» (یوسف/۵۳)، «بل سولت لکم انفسکم امرا» (یوسف/۱۸)، «فطوعت له نفسه قتل اخیه فقتله فاصبح من الخاسرین» (مائده/۳۰).

به طور کلی ویژگی انسان همان گونه که پیش از این اشاره کردیم چنین است که دارای دو شناخت و دو گرایش در ذات اوست که لازمه گرایش نیز نوعی شناخت است: یکی گرایش و امیال حیوانی و دیگری گرایش و درک فراحیوانی یا انسانی. لازمه وجود این دو گرایش در انسان وجود دو نوع انتخاب است.

اساسا این شناخت‌ها و گرایش‌ها است که بشر را به شناخت صواب از خطا و صدق از کذب و حق از باطل فرا خوانده و دین حق و مطابق با فطرت یا دین باطل و مطابق با امیال نفسانی را بر می‌گزینند.

نتیجه آن که آیاتی که افعال انسان را به طور مطلق به خیر و شر، فجور و تقوا، حسن و سوء، معروف و منکر، خبیث و طیب و دیگر اوصاف متقابل وصف می‌کند و یا انسان را گاه به لسان مدح ستوده و گاه به لسان ذم مذمت می‌نماید، قطع نظر از خصوصیت عامل آن و این که فعل از چه فاعلی سر بزند، از یک سو به طور صریح یا با ملازمه حکایت از وجود ملکوت اعمال خیر و شر و تاثیر اعمال دنیوی بر روح و نفس انسان می‌کند، از سوی دیگر انسان را ترغیب به پیروی از ندای فطرت و وجدان و عدم اطاعت از نفس اماره می‌نماید.

حال اگر انسان در برابر هر دو نوع آزادی و اختیار خود عقلا مکلف و مسوول و به تبع ماجور و مصاب نباشد، وجود آن‌ها قبل از ارسال رسل و انزال کتب و آمدن دین الاهی در بشر لغو خواهد بود.

ه) شواهد روایی

اما از شواهد روایی نیز به چند نمونه اشاره می‌کنیم:

به طور متواتر میان شیعه و سنی از رسول خدا (ص) این مضمون وارد شده است که نیت اساس و جان عمل است. در این راستا از حضرتش منقول است: «الاعمال بالنیات»، (۱۳) و یا «انما الاعمال بالنیات و انما لامرء ما نوی» (۱۴) و یا از امام علی بن الحسین (علیه السلام): « ...لا عمل الا بالنیة» (۱۵).

این طائفه از روایات به خوبی می‌رساند که نیت به منزله جان عمل است که میزان انگیزه فاعل و فاعلیت او را نشان می‌دهد. هر کس به اندازه نیت خویش ماجور خواهد بود؛ هر چند این اجر و جزا رفع عذاب یا تخفیف آن هنگام حسابرسی عمل باشد.

مرحوم مجلسی در بحار از ثواب الاعمال شیخ صدوق از علی بن یقطین از حضرت امام موسی کاظم نقل می‌کند که آن حضرت فرمود: «در بنی اسرائیل مردی مومن همسایه‌ای کافر داشت. آن مرد کافر نسبت به همسایه مومن خود همواره نیکی و نیک رفتاری

می‌کرد، وقتی که مرد کافر مرد، خداوند برای اوخانه‌ای از نوعی گِل بنا کرد که مانع او از گرمای آتش بود و روزیِ او از خارج محیط او که محیط آتش بود به او می‌رسید. به او خطاب شد این به سبب نیکی و نیک رفتاری تو نسبت به همسایه مومنت می‌باشد» (۱۶).

مرحوم مجلسی پس از نقل این روایت می‌گوید: «این روایت وامثال آن دلیل است که عذاب برخی از جهنمیان از کفار به خاطر اعمال نیکشان برداشته می‌شود و آیاتی که درباره کفار وارد شده که تخفیفی در عذابشان داده نمی‌شود در موردی است که چنین اعمال خیری از آن‌ها صادر نشده باشد» (۱۷).

مجلسی (ره) باز از امام باقر (علیه السلام) نقل می‌کند: «مرد مومنی در کشور پادشاه ستمگری می‌زیست. آن ستمگر آهنگ آن مرد کرد و او فرار کرد و به برخی از بلاد غیر اسلامی رفت و بر مردی مشرک فرود آمد. آن مرد مشرک او را در پهلوی خود جای داد و پذیرایی نمود. همین که آن مشرک مرد، خطاب رسید سوگند به عزت و جلال خودم

که اگر در بهشت جایی برای مشرک بود تو را در آن جای می‌دادم، اما ای آتش او را بترسان ولی آسیب نرسان. آنگاه امام فرمود و هر صبح و شام برای او از خارج آن محیط روزی آورده می‌شود. از امام سوال شد از بهشت. فرمود: از جایی که خدا خودش می‌خواهد» (۱۸).

باز در بحار از رسول خدا (ص) درباره یکی از کفار معروف جاهلیت و از سران قریش یعنی عبدالله بن جدعان نقل شده است که فرمودند: «سبک عذاب ترین اهل دوزخ ابن جذعان است. عرض شد یا رسول الله چرا، فرمود: انه کان یطعم الطعام: او مردم را اطعام می‌کرد» (۱۹).

باز در بحار از رسول خدا نقل شده است که فرمود: «صاحب قبا و صاحب عصا را که حاجیان را می‌راند و هم آن زنی که گربه‌ای داشت که پنجه می‌زد و او آن گربه را بسته بود نه خوراک می‌داد و نه رها می‌ساخت تا چیزی خود به چنگ آورد، در آتش دیدم؛ و داخل بهشت شدم و در آنجا آن مرد که سگی را از تشنگی نجات داده و سیراب کرده بود مشاهده کردم» (۲۰).

این طائفه از روایات به طور صریح به رفع یا تخفیف بعضی مشرکان و کفار می‌پردازد.

جمله معروف سید الشهدا (علیه السلام) که خطاب به لشکریان کوفه هنگام حمله به خیام فرمود: «ویلکم یا شیعۀآل ابی سفیان، ان لم یکن لکم دین و کنتم لا تخافون المعاد فکونوا احرارا فی دنیاکم هذه وارجعوا الی احسابکم ان کنتم عربا کما تزعمون» (۲۱). این جمله و امثال آن از جمله جملات خطاب به حر بن یزید ریاحی (س) نشان می‌دهد حریت، رحمت و شفقت، سخاوت و دیگر صفات انسانی قطع نظر از این که فاعل آن دیندار باشد یا نه، ذاتا دارای ارزش هستند و در کنار سایر ادله از جمله آیات کریم قرآن استفاده می‌شود که عمل ارزشمند از هر کس بدون پاسخ و اجر نخواهد ماند.

نتیجه‌گیری

نتیجه آن که هر فردی از افراد بشر که دارای سرشت اخلاقی هستند، قطع نظر از این که مؤمن باشد یا کافر، مسلم باشد یا غیر مسلم، شیعه باشد یا غیر شیعه، اگر به هم نوع خود؛ یعنی، به انسان‌های دیگر، یا حتی به نفوس حیوانی و بالاتر از آن به نباتات که بنا بر احتمال دارای نفس نباتی‌اند، بدون هیچ چشم داشتی نیکی کند و انگیزه او به تا این نصاب و حد باشد که اگر بداند هیچ سودی از این خیر عایدش نمی‌شود، باز آن کار نیک را انجام می‌دهد، بدون این که تحت تاثیر نیازها و عادات و امثال آن‌ها نیز قرار گیرد – مگر تحت تاثیر صفات و ملکاتی که با اختیار خود کسب کرده است – در این صورت طبق حکم عقل و تایید ارشادی آیات و روایات به طور حتم مشمول رحمت الهی واقع می‌شود، اگر چه رفع یا تخفیف عذاب باشد.

بعید هم نیست این افراد در زمره اهل کفر محشور نشوند؛ زیرا به واقع در عمق جانشان نور فطرت که همان شناخت پنهان و اجمالی و رقیق از حضرت حق است وجود دارد و به فرض که به زبان انکار کنند، اما در عمق ضمیر بدان اقرار دارند. ضمایر ایشان مفطور و سرشته به حب جمیل علی الاطلاق است که صدور عمل نیک از ایشان و وجود اوصاف و اخلاق فاضله در ایشان نشانگر آن است و انکار ایشان انکار امر موهومی است که به جای مبدأ یا معاد تصور می‌کنند.

روشن است که تفاوت نیکوکار مؤمن یا مسلمان و یا عارف به امام بر حق و حجت خدا بر زمین با نیکوکار کافر یا غیر مسلمان یا غیر عارف، همانند مریضی است که تحت مراقبت پزشک حاذق به سر می‌برد و مطابق دستور پزشک و از روی برنامه عمل می‌کند، با مریضی که خودسرانه عمل نوده و احیانا دوایی شفابخش مصرف می‌نماید. آن برنامه برای شخص نیکوکار همان احکام و دستورات دین و اخلاق دینی است که نقش انبیا و امامان و اولیای دین را در ارائه یک الگوی برتر اخلاقی و نمایاندن راه صحیح کسب کمالات نشان می‌دهد و این مطلب را اثبات می‌کند که بشر اگر با راهنمایی اولیای دین تسلیم امر الهی و متعبد به انجام فرامین دین الهی گردد و به عقل و اخلاق خود بنیاد بشری که در معرض جهالت و اوهام و هواهای نفسانی و حب و بغض است، اکتفا نکند، هدایت گردیده و به کمال مطلوب نایل می‌شود، به تعبیر آیات وحی «و ان اسلموا فقد اهتدوا»، اگر اسلام آورده (تسلیم دین او شوند)، هدایت می‌گردند (آل عمران/۲۰). این همان چیزی است که بسیار متفاوت با بی برنامگی و پریشان حالی و یا داشتن برنامه نادرست است.

منابع

۱. علامه مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۳۷۲ ؛ ج۶۸، ص ۳۷۳.
۲. کاسیرر، ارنست،رساله ای در باب انسان،ترجمه بزرگ نادر زاده،تهران، پژوهشگاه علوم انسانی، دوم،۱۳۷۳، ص۲۸۸.
۳. مان، لاند، انسان شناسی، ترجمه رامپور صدر نبوی، مشهد، باستان،۱۳۵۰، ص۵۸.
۴. مصباح یزدی، محمد تقی، جامعه و تاریخ از دیدگاه قرآن، سازمان تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۲، ص۶۶ .
۵. همان، ص۷۱.
۶. همان، ص۱۸۴.
۷. جوادی آملی، عبدالله، منزلت عقل در هندسه معرفت دینی، قم، اسرا، اول، ۱۳۸۶،ص۳۳.
8. Trigg, Roger,Ideas of Human Nature, Blackwell,1988,PP.56.60.
۹. استیونسن، لسلی، هفت نظریه درباره طبیعت انسان، ترجمه بهرام محسن پور،تهران، رشد، اول، ۱۳۶۸، ص ۶۵.
۱۰. دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، مکتبهای روانشناسی و نقد آن،ج۲، تهران، سمت، اول، ۱۳۷۲، صص ۴۴۵-۴۴۶.
۱۱. واعظی، احمد، انسان از دیدگاه اسلام، تهران، سمت، اول،۱۳۷۷،ص۹۹-۱۰۳.
۱۲. برای توضیح بیشتر ر. ک. شمالی، محمد علی، پایه های اخلاق، فصلنامه معرفت فلسفی، ش اول، پاییز۱۳۸۶؛ و نیز ر. ک. داعی نژاد، محمد علی، اخلاق انسانی در پرتو دین، نشریه سیاست روز، ۸۴/۲/۲۴ .
۱۳.شیخ حر عاملی، محمد بن الحسن، وسائل الشیعه، ج۱، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ششم، ۱۴۱۴ق، کتاب الطهارة، ابواب مقدمةالعبادات، باب۵ ، ۳۴، ح۶.
۱۴. همان، ح۷.
۱۵. همان، ص۳۳، ح۳.
۱۶. علامه مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، تهران، مکتبة الاسلامیه،ج۸ ، ص۲۹۶، ح۴۸.
۱۷. همان، ص۳۱۴، ح۹۲.
۱۸. همان، ص۳۱۶، ح۹۶.
۱۹. همان، ح۹۷.
۲۰. سید ابن طاووس، رضی الدین، لهوف،تهران، نشر جهان، ۱۱۴۸، ص۱۱۹ ؛ بحار همان، ج ۴۵، ص۵۱.

نقش اساتید دانشگاه در تحقق الگوی سبک زندگی اسلامی (مطالعه موردی: دانشگاه پیام نور کازرون)

محمدجعفر شفیعی[1*]، زینب زراعت پیشه[1]، فاطمه زراعت پیشه[2]، محمد شفیعی سیف آبادی[3]

۱- دانشگاه پیام نور، کازرون، ایران.
۲- دانشگاه بهبهان، بهبهان، ایران.
۳- دانشگاه آزاد اسلامی، کازرون، ایران.

چکیده

تحقق الگوی سبک زندگی اسلامی راه‌کاری موثر و کارآمد برای مقابله با ارزش‌های غرب در جوامع مختلف اسلامی و به ویژه در ایران است. در حقیقت الگوهای اسلامی با توجه به فرهنگ‌های خاص ملت‌ها یک جنبه بومی نیز پیدا می‌کنند. مکتب اسلام از آغاز زندگی انسان و بعد از آن دستوراتی داده تا سلامت، رفاه و آرامش برای انسان در این دنیا به ارمغان بیاورد و همچنین فرد بتواند با بندگی خداوند در جهان آخرت سعادت خود را رقم زند؛ لذا زندگی به سبک اسلامی باید در تمام بخش‌های مختلف زندگی جاری و حاکم شود. هدف از پژوهش حاضر رتبه بندی و تعیین درجه اهمیت عوامل موثر بر تحقق الگوی سبک زندگی دانشجویان توسط اساتید دانشگاه می‌باشد. برای رتبه بندی از تکنیک فرآیند تحلیل سلسله مراتبی (AHP) استفاده شده است. این پژوهش تغییر نگرش را در دو حیطه اخلاق فردی و اجتماعی اساتید دانشگاه بررسی نموده است. شاخص‌های اخلاقی برگرفته از اوصاف منتظران از دیدگاه استاد جواد محدثی است. نتایج پژوهش حاکی از این است که شاخص ادب با درجه ۱/۱۸۱، انس به مساجد با درجه ۰/۱۷۲ و شاخص حسن خلق با درجه ۱/۸۱ و شاخص عفاف و حجاب با درجه ۱/۷۲ اولویت‌های اول در بین شاخص‌های مورد بررسی می‌باشد. در نتیجه نقش اساتید دانشگاه در تحقق الگوی سبک زندگی دانشجویان بسیار حائز اهمیت بوده است. بنابراین باید در انتخاب اساتید و مدرسین بسیار دقت شود.

کلمات کلیدی: اساتید دانشگاه، دانشجویان، الگو، سبک زندگی، دانشگاه پیام نور.

* **نویسنده مسئول: محمدجعفر شفیعی**، دانشگاه پیام نور، کازرون، ایران .Email: mohammadjafarsh@gmail.com

مقدمه

ایران اسلامی در مسیر تکامل خود به دهه حساس و تعیین‌کننده پیشرفت و عدالت رسیده است که در این مرحله بیش از هر زمان نیاز به همگرایی، همفکری و همکاری در مقیاس ملی داریم. این همدلی و همگرایی ملی نیازمند یک نقشه راه روشن بود که مقام معظم رهبری با نام‌گذاری امسال به نام سال اقتصاد و فرهنگ با عزم ملی و مدیریت جهادی افقی یک ساله را که نه بلکه چندین ساله را فرا راه مردم و مسئولین گشودند.

سبک زندگی (Life Style)، این اصطلاح که برای توصیف شرایط زندگی انسان استفاده می‌شود، ابتدا در حوزه علوم اجتماعی توسط وبلن ۱۸۵۷ - ۱۹۲۹ زیمل ۱۸۵۸ - ۱۹۱۸ و وبر ۱۸۶۴-۱۹۲۰ خلق شده و بسط یافت، آلفرد آدلر ۱۸۷۵ - ۱۹۳۷ این مفهوم را در فضای روان‌شناسی خلق کرد. در حقیقت سبک زندگی نظام‌واره و سیستم خاص زندگی است که به یک فرد یا خانواده یا جامعه با هویت خاص اختصاص دارد، این نظام‌واره هندسه کلی رفتار بیرونی و جوارحی است و افراد یا خانواده‌ها و جوامع را از هم متمایز می‌سازد. سبک زندگی را می‌توان مجموعه‌ای کم و بیش جامع و منسجم از عملکردهای روزمره یک فرد دانست که نه فقط نیازهای جاری او را برآورده می‌سازد، بلکه روایت خاصی را که وی برای هویت شخصی خویش بر می‌گزیند، در برابر دیگران مجسم می‌سازد. سبک زندگی کاملاً قابل مشاهده یا قابل استنتاج از مشاهده است، اگر بخواهیم رابطه سبک زندگی را با آداب بیان کنیم، باید بگوییم هیئت ترکیبی آداب، یعنی رفتارهای ساده و جلوه‌های ظاهری ما وقتی به صورت یک‌پارچه در نظر گرفته می‌شود، سبک زندگی ما را رقم می‌زند.

مصرف ما، معاشرت ما، لباس پوشیدن ما، حرف زدن ما، تفریح ما، دکوراسیون منزل ما در یک بسته کامل سبک زندگی ما است، این جلوه‌های رفتاری بروز خارجی شخصیت ما در محیط زندگی و نشانی از عقاید، باورها، ارزش‌ها و علاقه‌های ما است و ترکیب آن‌ها ترکیب شخصیت ما را نشان می‌دهد. سبک زندگی شامل نظام ارتباطی، نظام معیشتی، تفریح و شیوه‌های گذران اوقات فراغت، الگوی خرید و مصرف، توجه به مد، جلوه‌های عینی شأن و منزلت، استفاده از محصولات تکنولوژیک، نحوه استفاده از صنایع فرهنگی، نقاط تمرکز علاقه‌مندی در فرهنگ مانند دین، خانواده، میهن، هنر و ورزش می‌شود (۱).

فهرست رفتارها، نوع چینش آن‌ها، نحوه تخصیص وقت، ضریب‌ها و تأکیدها از جمله متغیرهایی هستند که در شکل‌گیری سبک زندگی دخیل‌اند. مثلاً سبک زندگی ثروتمندان و اشراف، سبک زندگی نظامی‌ها و کشاورزها، سبک زندگی آمریکایی، چینی، ایرانی، سبک زندگی متدینان یا حزب اللهی‌ها از لحاظ این متغیرها متفاوت است (۲).

سبک‌های زندگی مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها در هر چیزی را در برمی‌گیرد. در بیشتر مواقع مجموعه عناصر سبک زندگی در یک جا جمع می‌شوند و افراد در یک سبک زندگی مشترک می‌شوند. به نوعی گروه‌های اجتماعی اغلب مالک یک نوع سبک زندگی شده و یک سبک خاص را تشکیل می‌دهند. سبکی شدن زندگی با شکل گیری فرهنگ مردم رابطه نزدیک دارد. مثلا می‌توان شناخت لازم از افراد جامعه را از سبک زندگی افراد آن جامعه به دست آورد. روان‌شناسان و پزشکان، سبک زندگی را در سطح فردی یا به اصطلاح در سطح تکنیکی بررسی می‌کنند. جامعه‌شناسان، سبک زندگی را در سطح تاکتیکی مطالعه می‌کنند. اما سبک زندگی فرد درجامعه از حیث آن‌چه که باید، در سطح استراتژیک مطالعه می‌شود. سبک زندگی در واقع مفهومی وام‌گرفته از دنیای غرب است. غربی‌ها بر اساس مبانی، رهیافت‌ها و نظام‌های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی خودشان به مفهوم‌سازی سبک زندگی پرداخته‌اند؛ لذا تجویز نسخه‌های وارداتی غرب، جز تشبه به غرب، فایده و عایدتی نخواهد داشت. از این رو در تبیین سبک زندگی ایمانی می‌بایست بر اساس آموزه‌های رفتار ساز و حیات‌بخش اسلام نسخه پیچید. در آیه ۴۹ سوره مائده در مورد عدم پیروی از غیر مسلمین در امور زندگی آمده است: و از هوس‌های آنان پیروی مکن و از آن‌ها برحذر باش، مبادا تو را از بعض احکامی که خدا بر تو نازل کرده، منحرف سازند. همچنین در آیه ۷۱ سوره مومنون اشاره می‌شود: اگر حق تابع هوای نفس آنان شود، همانا آسمان‌ها و زمین و هر چه در آن‌هاست فاسد خواهد شد ولی، قرآنی به آن‌ها دادیم که مایه یادآوری آن‌هاست اما آن‌ها از آنچه مایه یادآوریشان است، روی می‌گردانند.

سبک زندگی، فعالیت عادی و معمول روزانه است که افراد آن‌ها را در زندگی خود به طور قابل قبول پذیرفته‌اند، به طوری که این فعالیت‌ها روی سلامت افراد تأثیر می‌گذارند (۳، ۴)، فرد با انتخاب سبک زندگی برای حفظ و ارتقای سلامتی خود و پیشگیری از بیماری‌ها اقدامات و فعالیت‌هایی را انجام می‌دهد، از قبیل رعایت رژیم غذایی مناسب، خواب و فعالیت، ورزش، کنترل وزن بدن، عدم مصرف سیگار و الکل و ایمن سازی در مقابل بیماری‌ها که این مجموعه سبک زندگی را تشکیل می‌دهد (۵). سلامتی مستلزم ارتقای سبک زندگی بهداشتی است (۶). اهمیت سبک زندگی بیشتر از آن جهت است که روی کیفیت زندگی و پیش گیری از بیماری‌ها مؤثر می‌باشد (۷). واضح است که در صورت عدم اصلاح شیوه زندگی با عواقب جبران ناپذیری در آینده مواجه خواهیم بود (۸). اصلاح سبک زندگی مستلزم تغییر رفتارهایی است که بخش عمده‌ای از عادات روزمره فرد را تشکیل می‌دهند (۹). اگر با تغییر سبک زندگی، کیفیت کلی بهبود نیابد، تأمین و تداوم این انگیزه دچار اشکال می‌شود (۱۰). مطالعات متعددی از رابطه بین سبک زندگی و کیفیت زندگی و ابعاد مختلف آن‌ها حکایت می‌کنند (۱۱).

سبک زندگی توسط الگوهای رفتاری فرد مشخص می‌شود و تأثیر عمیقی بر سلامت فرد و جامعه دارد. سبک زندگی به روشی که فرد در انجام یک فعالیت مشخص در زندگی در پیش می‌گیرد اطلاق می‌شود (۱۲). در دنیا بیش از ۱/۳ درصد از کل موارد مرگ و میر به دلیل شیوع و رواج چند رفتار تهدیدکننده سلامت روی می‌دهد، که تقریباً همه آن‌ها ناشی از نادرست بودن سبک زندگی فردی و اجتماعی است. بیشتر کشورهای ناحیه مدیترانه شرقی در حال تغییر سبک زندگی خود هستند، عادات غذایی در حال تغییر است، بی تحرکی به یک سبک زندگی غیرقابل اجتناب در شهرها مبدل شده است و افزایش دسترسی به رسانه‌ها و وسایل ارتباطی، عادات زندگی

را در سراسر جهان تغییر داده است. افزایش وزن و چاقی در اکثر کشورها در حال فزونی است. در اکثر کشورهای منطقه مدیترانه شرقی، افزایش وزن بالغ بر ۳۰ درصد و میزان چاقی در زنان نزدیک به ۴۰ درصد است. مهم‌ترین عوامل خطر سلامتی رژیم غذایی نامناسب، بی تحرکی و فعالیت کم بدنی و مصرف سیگار می‌باشد که با تغییر این عوامل می‌توان از ۸۰ درصد بیماری‌های قلبی و ۹۰ درصد دیابت نوع دوم پیشگیری کرد. در ضمن ۱/۳ درصد از موارد سرطان‌ها با بهبود تغذیه و کنترل وزن بدن و انجام فعالیت بدنی و ۱/۳ درصد دیگر نیز با اجتناب از مصرف سیگار قابل پیشگیری هستند (۱۳). استعمال دخانیات به طور معمول دو میلیون نفر را در کشورهای پیشرفته و حدود یک میلیون نفر را در کشورهای در حال توسعه می‌کشد (۱۴). کنترل عوامل خطر در سبک زندگی و عادات بهداشتی مانند تغذیه نادرست، نداشتن فعالیت ورزشی، استعمال سیگار، الکل و مواد مخدر سبب کاهش نزدیک به ۵۰ درصد از مرگ‌های زودهنگام می‌گردد. تخمین زده شده که استرس در ایجاد۵۰ تا ۸۰ درصد تمام بیماری‌ها نقش دارد (۱۵). آمار ارائه شده در مورد دلایل اصلی مرگ و میر بیانگر آن است که ۵۳ درصد از علل مرگ و میرها به سبک زندگی، ۲۱ درصد به عوامل محیطی، ۱۶ درصد به عامل ژنتیک و ۱۰ درصد به نظام ارائه خدمات بهداشتی درمانی مربوط می‌شود (۱۶). اهمیت سبک زندگی بیشتر به علت تأثیرش بر کیفیت زندگی و پیشگیری از بیماری‌ها است. برای حفظ و ارتقای سلامتی، اصلاح و بهبود سبک زندگی ضروری است (۱۷). دانشجویان در سنی قرار دارند که انتخاب هر نوع سبک زندگی در زمینه رژیم غذایی، فعالیت بدنی و استعمال سیگار در تمام طول زندگی آنان تأثیر می‌گذارد. به علاوه آن‌ها به عنوان نسل فرهیخته و تحصیل کرده جامعه به عنوان الگو و سرمشق دیگران هستند و هدایت افراد را در جهت اتخاذ سبک زندگی سالم به عهده خواهند گرفت. با وجود این که اعتقاد به سبک زندگی و سلامتی در سال‌های اول زندگی پایه گذاری می‌شود، اما رفتارهایی از سبک زندگی که در طی حضور در دانشگاه تجربه می‌شوند نیز می‌توانند تأثیرات زیادی بر سلامت دانشجویان داشته باشند (۱۸). عادات غذایی، مصرف سیگار، الکل و عدم فعالیت فیزیکی از جمله مهم‌ترین عوامل مرتبط با سبک زندگی افراد است که خطر ابتلا به بیماری‌هایی چون سرطان و بیماری‌های قلبی عروقی را افزایش می‌دهد (۱۹، ۲۰). ریشه اصلی اختلالاتی مربوط به سبک زندگی افراد، انجام رفتارهای ناسالمی است که در سنین ابتدایی زندگی انجام می‌شود. دانشجویان بخش عظیمی از جمعیت بزرگ‌سال را تشکیل می‌دهند که به نظر می‌رسد برای بهبود فعالی تهای ارتقاء سلامت، در هنگام مطالعه ارتباط بین سلامت، انگیزه برخورداری از یک سبک زندگی سالم و عادات مختلف بهداشتی، تمرکز بر روی این گروه از جامعه امری منطقی باشد. قشر دانشجو یک جمعیت همگن و قابل دسترس از جامعه است که نسبتاً در وضعیت سالمی به سر می‌برند. این موضوع تورش ناشی از تأثیر بیماری بر رفتارهای بهداشتی را کاهش می‌دهد (۲۱). انتظار می‌رود که دانشجویان در محیط‌های آموزشی همانند محیط درسی در منزل خود، تمایل به رفتارهای ساکن و کم تحرک داشته باشند (۲۲). در این دوران عادات غذایی و رفتارهای فردی تغییراتی می‌کند که بسته به نوع روابط افراد، گذرا یا پایا هستند (۲۳). از این رو با توجه به این که سبک زندگی یکی از مهم‌ترین عوامل تعیین کننده سلامت به حساب می‌آید، دانشجویان بایستی از یک برنامه مدون آموزشی در زمینه عوامل مرتبط با سبک زندگی پیروی کنند (۲۴).

در مطالعه منصوریان و همکاران ارتباط معنی داری بین سبک زندگی و جنس، مقطع درآمد، تحصیلات پدر و شغل مادر، بومی بودن، دانشگاه محل تحصیل و استعمال سیگار وجود داشته است (۲۵).

مطلق و همکاران نیز بین میانگین نمره کل سبک زندگی با رشته تحصیلی، وضعیت اشتغال، تحصیلات و شغل مادر ارتباط معنی داری را به دست آورده بودند (۲۶).

پکر و همکاران نیز سبک زندگی اکثر دانشجویان را در سطح متوسطی به دست آوردند که البته در ابعادی مانند فعالیت فیزیکی میل به انجام آن در دانشجویان کمتر دیده می‌شد (۲۷).

سالیس و همکاران پس از بررسی مطالعات مختلف ابراز داشته‌اند که مصرف غذاهای مختلف و فعالیت فیزیکی افراد با یکدیگر در ارتباط هستند (۲۸).

فرد رفتاهای اجتماعی خود را بر اساس مولفه‌های متعددی از قبیل فرهنگ و هنجارهای اعتقادی، ارزشی و قانونی مورد قبول خود یا جامعه و همچنین نقش خود در اجتماع و هویتی که به دست آورده تنظیم می‌کند (۲۹). هر دانشجو می‌تواند به نسبت خود در رسیدن

به دانشگاه ایده آل اسلامی سهم مهمی بر عهده داشته باشد. با مطالعه عمیق مبانی دینی و اسلامی و سعی در آراسته شدن به فضایل اخلاقی و الهی و ایجاد ارتباط با دیگر دانشجویان همفکر و انتقال افکار و اندیشه‌های خود به یکدیگر و داشتن اتحاد و در صف واحد بودن و موضع گیری‌های مناسب و عقلایی در موارد ضروری و مهم و از همه مهم‌تر با تلاش پیگیر علمی و تحصیلی و فتح قله‌های علم و دانش در تحقق این مهم می‌توان نقش مؤثری ایفا نمود. مسؤولان و اساتید و دانشجویان با مبانی فکری و عقیدتی اسلام عمیقا آشنا بوده و از نظر روش و عملکرد، میزان و ملاک آموزه‌های دینی باشد (۳۰). همچنین دانشگاه باید سرشار از نشاط و پویایی نشأت گرفته از ایمان و اخلاص باشد و هدف و انگیزه همگی تعالی و تکامل خود و اجتماع و نظام اسلامی و پیشی گرفتن در علم و دستاوردهای علمی و ترقی کمی و کیفی آن باشد. رفع نیازهای نظام اسلامی و قطع وابستگی‌های علمی و فنی آن و جبران عقب ماندگی‌ها و فاصله از دیگر کشورها از هدف‌های مهم دانشگاه اسلامی است. نوآوری و خلاقیت و ابداع و به کار گرفتن تمام نیرو و فکر و اندیشه در راه تولید علم از ویژگی‌های دانشگاه اسلامی و دانشجوی مسلمان متعهد است. درباره روابط اجتماعی، از خانواده گرفته تا جامعه، عمل به ارزش‌های دینی و اخلاقی بیانگر کرامت و ارزش والای خود شخص است و نباید منتظر این بود که عین این رفتار از طرف مقابل سر بزند، بلکه در هر شرایط وظیفه عمل به ارزش‌های به دست آمده است. هر چقدر رفتار و کردار منطبق با اصول ارزشی باشد، سیر پیشرفت و ترقی در مراتب انسانی آسان‌تر و سریع‌تر خواهد شد. یکی از عوامل مهم شکل گیری شخصیت و تغییر انسان، شرایط مختلف محیطی است (۳۱). محیط فاسد زمینه فساد را برای افراد ایجاد می‌کند و محیط سالم زمینه رشد و تعالی آن‌ها را (۳۲). بنابراین برای تقویت و حفظ روحیه دینی دانشجویان لازم است محیط دانشگاه سالم و دور از هر گونه مظاهر فساد باشد. برای این هدف مهم، بهترین راه‌کار استفاده از اساتید مجرب است. برای مقابله با مسائلی که محیط سالم دانشگاه را تهدید می‌کنند باید ابتدا با اخلاق نیکو و رفتار مناسب تذکر دهیم و در صورت عدم تأثیر، وارد مراحل بعد گردیم (۳۳). بایستی اساتید دانشگاه سعی نمایند با رفتار درست و مطابق گفتار، اعتبار خود را نزد دانشجویان بالا ببرد. اگر دانشجویان اساتید را به عنوان یک شخصیت معتبر و مورد احترام بپذیرد، سعی می‌کنند که گفته‌های او را خوب گوش بدهند و بپذیرند و در رفتار وکردار خود عملی کنند و حتی رفتار اساتید را الگوی رفتار خویش قرار دهند. بدیهی است که عکس این مطلب نتیجه عکس خواهد داد. بهترین راه کسب اعتبار برای اساتید، همان راهی است که معلمان بزرگی مانند پیامبران الهی و پیشوایان دین از آن استفاده می‌کردند، یعنی عمل به گفته‌های خود یا پیروی از اصل کردار مطابق گفتار. برای تقویت روحیه مذهبی، غیر از مسائل شناختی (اقناع فکری)، تقویت بعد عاطفی و اقناع روحی نیز لازم می‌باشد. در رفتارهای انسان غیر از عوامل شناختی، عوامل دیگری به نام انگیزش‌ها و هیجانات نیز نقش ایفا می‌کنند. که عامل این انگیزش‌ها و هیجانات، احساسات و عواطف می‌باشد (۳۴). اساتید می‌توانند با دین‌داری، گشاده‌رویی و خوش‌رویی، خلق نیکو، تواضع و احترام به دانشجویان، زهد و بی‌رغبتی به دنیا و آراستگی و زیبایی ظاهری محبوبیت خود را نزد دانشجو افزایش دهند. اساتید نباید هیچ وقت دانشجو را مورد تحقیر و توهین قرار دهند، زیرا هر انسانی تمایل ذاتی به کسب احترام و ارزش و قبول از طرف دیگران دارد. تحقیر دانشجو از سوی اساتید ممکن است دانشجو را فراری بدهد و نفرتی در دل او نسبت به استاد ایجاد کند به گونه‌ای که گفتار و کردار استاد برای او قابل قبول نباشد. خداوند به پیامبر دستور می‌دهد که با مردم مهربانانه برخورد کن تا از تو فراری نشوند. خداوند در آیه ۱۵۹ سوره آل عمران می‌فرماید: به سبب رحمت خداست که تو با آن‌ها این چنین خوش خوی و مهربان هستی. اگر تندخو و سخت‌دل می‌بودی از گرد تو پراکنده می‌شدند. پس بر آن‌ها ببخشای و برایشان آمرزش بخواه و در کارها با ایشان مشورت کن و چون قصد کاری کنی بر خدای توکل کن، که خدا توکل کنندگان را دوست دارد. اساتید باید حتی الامکان از تنبیه و برخورد تند و خشونت‌آمیز با دانشجو اجتناب ورزند، زیرا روان‌شناسی جدید بر این عقیده است که جوانان در رشد و تکامل اجتماعی خود، از چگونگی ارتباط و علاقه‌اش نسبت به اساتید و میزان نفرت یا محبت خود به آن‌ها متأثر می‌شود. این ارتباط‌ها به اشکال و رنگ‌های گوناگون در می‌آیند که اساس آن‌ها به شخصیت اساتید، میزان ایمانش به شغل خود، مقدار فهمش نسبت به مرحله نوجوانی و طرق رعایت و حل مشکلات آن بستگی دارد. چنان که اساتید مسلطی که با امر و نهی، تهدید و تعقیب و آزار و شکنجه بر کلاس حکم می‌کند دانشجو را از خود دور می‌کند، میان خود و آن‌ها جدایی می‌اندازد و در نتیجه، به هیچ وجه مورد محبت آنان واقع نمی‌شود. برعکس، اساتید دادگستری که همواره با دانشجویان خود همکار و دوست صمیمی است و هنگام

استمداد از او، هرگز به سرزنش آنان نمی‌پردازد، محبت و اعتماد آن‌ها را به خود جلب می‌کند. بهترین روش رفتار با دیگران را می‌توان از کلام رسول‌اکرم (ص) آموخت که فرمود: هیچ یک از شما مؤمن نیست مگر این که برای برادرش آن بخواهد که برای خود می‌خواهد. بنابراین اگر روشی را دوست دارید که مردم آن گونه با شما رفتار کنند، به همان روش با دیگران برخورد کنید. هر چه را برای دیگران پیشنهاد می‌کنید همان بهترین روش است و شما نیز بر اساس آن با آنان رفتار کنید. زیرا انسان جز انتظار خوش رفتاری از مردم ندارد، کمترین اهانتی را از سوی آنان نمی‌پذیرد راضی نیست که کسی به او تهمت زند و نمی‌پسندد که کسی از معایب او پیش دیگران سخن بگوید هر چند آن عیوب را واقعا داشته باشد (۳۵). گفتار خود را با سخنانی از قرآن و روایات مستند می‌کنیم. اگر نگاهی به تاریخ صدر اسلام داشته باشیم، موارد فراوانی خواهیم یافت که افرادی به خاطر برخورد صحیح و رفتار درست به اسلام گرویده‌اند. بر همین اساس امام جعفر صادق (ع) می‌فرمایند: مردم را به غیر زبان بلکه با کردار خود به خیر و نیکی دعوت کنید (۳۶).

مقام معظم رهبری در توصیه‌هایی در جمع تشکل‌های دانشجویی می‌فرمایند: اول خودتان را اصلاح کنید، مراقب باشید گناه نکنید. بعد این مسئولیت را نسبت به محیط دانشجویی و به کمیت عظیم دانشجویان احساس نمائید (۳۷).

برخورد کریمانه و بزرگوارانه در مقابل اشتباهات دیگران، تقویت ابعاد مثبت استفاده از صفات مثبت اشخاص برای محو کردن صفات زشت آن‌ها (سوره فرقان، آیه ۷۲). جلوگیری از کارهای بد دیگران، با کارهای نیک (سوره مومنون، آیه ۹۶) و همچنین عدم اجبار و فشار نسبت به مسائل دینی این کار باعث می‌شود کسی که با ما دشمنی دارد، همانند دوست صمیمی گردد (سوره فصلت، آیه ۳۴ و ۳۵). نرمخویی (سوره آل عمران، آیه ۱۵۹) که از ویژگی‌های شخصیت پیامبر اکرم (ص) بود.

اهمیت مسئله

از اهمیت این پژوهش همین بس که هیچ اصلاحی نمی‌تواند بدون همکاری و مشارکت فعال اساتید موفق شود. رابطه دانشجو با استاد یک رابطه باطنی و معنوی است. دانشجو معلم را شخصیتی محترم و ممتاز می‌داند که او را در بزرگ شدن و به استقلال و آزادی رسیدن و به عضویت رسمی جامعه در آمدن کمک و مساعدت می‌نماید، استاد با روح و جان دانشجو سروکار دارد و به همین جهت به عنوان یک الگوی محبوب و مطاع پذیرفته می‌شود. دانشجو اگر چه قبلا در محیط خانواده علوم و اطلاعات فراوانی را کسب کرده رفتارهایی را آموخته و به اموری عادت کرده و تا حدودی شخصیت او شکل گرفته است ولی هنوز شکل ثابت به خود نگرفته و تا حد زیادی قابل انعطاف و تغییر می‌باشد. دانشجو در این اجتماع جدید فرصت می‌یابد تا افکار و اندوخته‌های دینی و رفتار و عادت‌های گذشته را مورد بازنگری قرار دهد و شخصیت خویش را بسازد و تکمیل و تثبیت نماید. با نفوذترین و محبوب ترین فردی که می‌تواند در این مرحله حساس او را یاری کند، استاد است. به همین جهت دانشجویان استاد خود را به عنوان یک الگو و اسوه می‌پذیرند و از رفتار و گفتار و اخلاق خوب یا بد او سرمشق می‌گیرند و خود را با وی همسان و همانند می‌سازند. همچنین دانشجویان همه اعمال و رفتار اساتید و مدیران و حتی سرایدار دانشگاه را زیر نظر دارند و از آن‌ها درس می‌گیرند. دانشجویان از طرز برخورد و تعامل اساتید با مدیر، اساتید با یکدیگر، اساتید با خدمتکاران مدرسه و اساتید با دانشجویان درس می‌گیرند.

از اخلاق و رفتار اساتید، از طرز اداره کلاس، از رعایت عدل و انصاف در نمره دادن، از وقت شناسی و رعایت نظم، از دلسوزی و مهربانی، از خوشرویی و فروتنی، از دینداری و التزام به ضوابط شرعی، از اخلاق خوش و ادب او، از خیر خواهی و نوع دوستی استاد درس‌ها می‌آموزند. همچنین از اخلاق و رفتار و کردار او متأثر می‌شوند و خود را با او همسان می‌سازند. بنابراین، اساتید فقط یک آموزگار نیست، بلکه مهم تر از آن، یک مربی و یک الگوی با نفوذ است. یک استاد خوب که با رفتار و گفتار پسندیده دانشجویان را خوب پرورش می‌دهد، بزرگترین خدمت را نسبت به اجتماع خود انجام می‌دهد و به عکس یک استاد بداخلاق و بدرفتار و منحرف که با رفتار بدخود، دانشجویان را به انحراف و تباهی می‌کشد، بزرگترین خیانت‌ها را نسبت به اجتماع مرتکب می‌شود. بنابراین شغل و حرفه معلمی و استادی از حساس ترین و مسئولیت دارترین شغل‌های اجتماع می‌باشد.

معلم و استاد نمی‌تواند نسبت به اخلاق و رفتار خود آزاد و بی تفاوت باشد، زیرا محدوده اخلاقیاتش فراتر از خود اوست. او تنها مسئول خودش نیست، بلکه مسئولیت تعدادی از انسان‌های معصوم را نیز به عهده گرفته است. استاد و معلم باید به این مسئولیت سنگین و ارزشمند و میزان و مقدار نفوذ در دانش آموزان خوب بیندیشند و با اصلاح و اخلاق و رفتار خویش بهترین الگوها را در اختیار دانش آموزان و یا دانشجویان قرار دهند.

فنون تجزیه و تحلیل اطلاعات و بحث در یافته‌های پژوهش

در این بخش ضمن توضیح روش تجزیه و تحلیل اطلاعات در این تحقیق بر اساس مدل AHP می‌باشد. این مدل، چگونگی کاربرد آن نیز در پژوهش حاضر تشریح خواهد شد.

فرآیند تحلیل سلسله مراتبی

از کارآمدترین تکنیک‌های مورد استفاده برای تصمیم گیری در زمینه مسائل چند معیاره، فرایند تحلیل سلسله مراتبی (Analytical Process Hierarchy) می‌باشد. فرایند تحلیل سلسله مراتبی یکی از کارآمدترین سیستم‌های طراحی شده برای تصمیم گیری با معیارهای چندگانه می‌باشد که توسط توماس ساعتی در سال ۱۹۷۰ ابداع گردیده است (۳۸). تحلیل نتایج حاصل از این تکنیک با استفاده از نرم افزار Expert Choice انجام می‌پذیرد. این تکنیک امکان فرموله کردن مسأله را به صورت سلسله مراتبی فراهم می‌آورد و همچنین امکان در نظر گرفتن معیارهای مختلف کمی و کیفی را در مسأله دارد و گزینه‌های مختلف را نیز در تصمیم گیری دخالت می‌دهد، به علاوه از یک مبنای تئوریک بسیار قوی برخوردار می‌باشد. بنابراین فرایند تحلیل سلسله مراتبی، می‌تواند برای تصمیم گیری در حوزه‌هایی که معیارهای مختلف کمی و کیفی بایستی مورد توجه قرار گرفته و همچنین گزینه‌های مختلفی در ارتباط با آن موجود می‌باشد، می‌تواند قابل کاربرد باشد.

به صورت کلی برای هر مطالعه در این حوزه، با استفاده از فرایند تحلیل سلسله مراتبی بایستی پنج گام زیر را طی نمود:

گام اول: تعیین معیارهای مختلف با توجه به هدف مطالعه یا تصمیم و ترسیم درخت تصمیم گیری، در درخت تصمیم گیری ابتدا هدف در بالاترین سطح سلسله مراتب قرار می‌گیرد و پس از آن، معیارهای مربوط به هر تصمیم قرار گرفته و در سلسله مراتب آخر گزینه‌های موجود ترسیم می‌گردد.

گام دوم: مقایسه زوجی معیارهای مختلف با توجه به هدف و تعیین وزن نسبی این معیارها.

گام سوم: جمع آوری داده در ارتباط با تمامی معیارها به تفکیک هر یک از گزینه‌ها.

گام چهارم: مقایسه زوجی گزینه‌های مختلف به تفکیک هر یک از معیارها و تعیین وزن نسبی گزینه‌ها به تفکیک هر یک از معیارها.

گام پنجم: تحلیل نتایج، تعیین وزن نهایی هر یک از گزینه‌ها و تعیین اولویت هر یک از آن‌ها.

در پژوهش حاضر به طور اختصار نتیجه نهایی پژوهش آورده شده و از محاسبات صرف نظر کرده است.

نمونه گیری و جامعه آماری

در این بخش از پژوهش شاخص‌های اساتید در تقویت الگوی سبک زندگی را اولویت بندی می‌کنیم. از این رو به منظور نظر خواهی از صاحب نظران پرسش نامه برای تجزیه و تحلیل به روش سلسله مراتبی طراحی شد و در آن سوالات در دو گروهAHP ، A وB با یکدیگر مقایسه می‌شوند. درجه اهمیت از ۱ تا ۹ تعریف شده‌اند که عدد ۱ نشان دهنده اهمیت یکسان می‌باشد و عدد ۹ نشان دهنده بیشترین اهمیت یا ارجحیت می‌باشد. پرسشنامه AHP توسط ۳۰۰ نفر از دانشجویان تکمیل شد و در نهایت داده‌های استخراج شده از پرسش نامه مذکور توسط برنامه Expert Choice تجزیه و تحلیل گردید.

تجزیه و تحلیل داده‌ها

شاخص‌های اخلاقی فردی و اجتماعی برگرفته از اخلاق و اوصاف منتظران از نظر استاد جواد محدثی می‌باشد.

جدول ۱- شاخص‌های اخلاقی فردی و اجتماعی اساتید

شاخص اخلاقی فردی اساتید	شاخص اخلاقی اجتماعی اساتید
ایمان و خدامحوری	حسن خلق
زندگی معنوی	محبت و دوستی
بصیرت دینی	صدق و امانت
یاد خدا	تعاون
یاد مرگ	رعایت حقوق دیگران
انس با قرآن	تقدیر و سپاس
انس به مساجد	نقدپذیری
تعهد به آداب و سنن دینی	خدمت به مردم نیازمند
تقوا و ترک گناه	وفای به عهد و قول
اخلاص	عفاف و حجاب
قناعت	امر به معروف و نهی از منکر
صبر و شکیبایی	وحدت و همبستگی
ادب	عمل به تکلیف
حفظ زبان	ولایت مداری و پیروی از علمای دین
طهارت	
محاسبه نفس	

جدول ۲- مقایسه نتایج رتبه بندی شاخص‌های اخلاق فردی اساتید به روش AHP

شاخص اخلاق فردی اساتید	نتایج رتبه بندی در روش AHP	رتبه
ادب	۱/۱۸۱	۱
انس به مساجد	۰/۱۷۲	۲
یاد خدا	۰/۱۴۳	۳
صبر و شکیبایی	۰/۱۴۳	۳
تعهد به آداب و سنن دینی	۰/۱۳۰	۴
زندگی معنوی	۰/۱۲۳	۵
حفظ زبان	۰/۱۰۲	۶
قناعت	۰/۹۴	۷
انس با قرآن	۰/۵۴	۸
بصیرت دینی	۰/۵۰	۹
یاد مرگ	۰/۳۴	۱۰
اخلاص	۰/۳۰	۱۱
ایمان و خدامحوری	۰/۳۴۴	۱۲
تقوا و ترک گناه	۰/۱۰۷	۱۳
طهارت	۰/۱۰۶	۱۴
محاسبه نفس	۰/۰۸	۱۵

با توجه به جدول می‌توان به این نتیجه رسید که بالاترین ارزش به ادب اساتید، انس به مساجد، یاد خدا و صبر و شکیبایی اساتید مربوط می‌شود. با توجه به این که دانشجویان حالت بیرونی اساتید را مدنظر قرار داده‌اند و از حالات درونی بی خبر هستند. به همین دلیل است که به مواردی چون محاسبه نفس رتبه کمتری داده‌اند که همین نتیجه نیز پیش بینی کرده بودیم و دور از انتظار نبود.

جدول ۳– مقایسه نتایج رتبه بندی شاخص‌های اخلاق اجتماعی اساتید به روش AHP

شاخص اخلاق اجتماعی اساتید	نتایج رتبه بندی در روش AHP	رتبه
حسن خلق	۱/۸۱	۱
عفاف و حجاب	۱/۷۲	۲
خدمت به مردم نیازمند	۱/۱۰	۳
رعایت حقوق دیگران	۰/۱۹۸	۴
محبت و دوستی	۰/۱۵۰	۵
صدق و امانت	۰/۱۴۳	۶
نقدپذیری	۰/۱۰۲	۷
وفای به عهد و قول	۰/۸۴	۸
ولایت مداری و پیروی از علمای دین	۰/۷۶	۹
عمل به تکلیف	۰/۶۴۹	۱۰
تقدیر و سپاس	۰/۳۰۶	۱۱
وحدت و همبستگی	۰/۲۵۳	۱۲
تعاون	۰/۲۳۵	۱۳
امر به معروف و نهی از منکر	۰/۲۰۶	۱۴

با توجه به جدول ۳ می‌توان به این نتیجه رسید که بالاترین ارزش به حسن خلق، انس به مساجد، عفاف و حجاب و خدمت به مردم نیازمند اساتید مربوط می‌شود.

پیشنهادات

برگزاری جشنواره سبک زندگی در دانشگاه.

آموزش بنیادی سبک زندگی به اساتید.

ترویج و تبلیغ سبک زندگی در کلاس‌ها توسط اساتید.

برگزاری کارگاه‌های آموزشی سبک زندگی اسلامی برای اساتید.

بحث و نتیجه‌گیری

در تحقیق حاضر استخراج و رتبه بندی خصوصیات بارز اساتید که باعث ترویج سبک زندگی اسلامی در بین دانشجویان دانشگاه پیام نور کازرون بررسی گردید که نشان دهنده نقش اساتید در تمامی حوزه‌ها و به ویژه سبک زندگی اسلامی است. پس لازم است که در مصاحبه‌ها و گزینش اساتید در هر مقطع تحصیلی اعم از دانشگاه، مدارس و حتی مهدکودک‌ها دقت لازم را داشته باشیم. به طور کلی اساتید و معلمان به جهت این که مستعدترین افراد به لحاظ ذهنی و پاک‌ترین آن‌ها به لحاظ قلبی و روحی و عاطفی، یعنی کودکان

دوره‌های ابتدایی، نوجوانان و جوانان دوره‌های متوسطه و دانشگاه‌ها را در اختیار دارند و همچنین به دلیل این که بیشترین وقت دانش آموزان و دانشجویان را در اختیار دارند و مهم‌تر از همه عهده‌دار آموزش و تعلیم آنان هستند، می‌توانند نقش بسیار ممتازی در تربیت دینی آن‌ها ایفا نمایند. او می‌تواند از فرصت‌های متعددی که در حین درس دادن برایش فراهم می‌شود، استفاده کرده، عقاید اسلامی را درست تبیین و باورهای نادرست و خرافاتی را که در اذهان دانشجویان از طریق خانواده یا محیط بیرون نقش بسته، از اعتقادات اسلامی جدا کند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که در حالت فردی بالاترین ارزش به ادب اساتید، انس به مساجد، یاد خدا و صبر و شکیبایی اساتید مربوط می‌شود و در اخلاق اجتماعی بالاترین ارزش به حسن خلق، انس به مساجد، عفاف و حجاب و خدمت به مردم نیازمند مربوط می‌شود. بنابراین بهبود و ارتقای سبک زندگی دانشجویان به ویژه از نظر فعالیت فیزیکی نیازمند توجه بیشتری است.

References

1. Mahdavi Kani, MS, Religion and lifestyle, Tehran, Imam Sadegh University. 2006; 2(2): 46-78. [In Persian]
2. Bennett, Andy, Culture and everyday life, work, and good translations Leila atmosphere Chavoshian, Tehran, stars publication, printing. 2007;2(1): 97. [In Persian]
3. DeLaune SC, Ladner PK. Fundamentals of nursing: standards & practice. 2002. 1(1):65.
4. Darby S, Crump A. Older people, nursing, and mental health. Philadelphia: Elsevier Health Sciences. 1999; 4(1):4.
5. Phipps WJ, Sands JK. Medical-surgical nursing: concepts and clinical practice. 2003; 2(1):55-227.
6. Hackett TP, Cassem NH. Factors contributing to delay in responding to the signs and symptoms of infarction. Am J Cardiol. 1969; 24(5): 651-8.
7. Potter PA, Perry AG. Fundamentals of nursing. Philadelphia: Mosby. 2001;1(1): 11.
8. Covinsky KE, Wu AW, Landefeld CS, Connors AF, Jr., Phillips RS, Tsevat J, et al. Health status of life in older patients: does the distinction matter? Am J Med. 1999; 106(4): 435-40.
9. Poladfar R, Ahmadi SA. Relation between high School teacher's life style and their psychological disorder in Isfahan.Psychological Studies. 2006; 2(1-2): 7-18.
10. Samimi R, Masror D, Hossaini F, Tamadonfar M. Relation between life style with general health students. Iranian Nursing Journal. 2005; 19(48): 83-93.
11. Salyer J, Flattery MP, Joyner PL, Elswick RK. Lifestyle and quality of life in long-term cardiac transplant recipients.J Heart Lung Transplant. 2003; 22(3): 309-21.
12. Hadi N, Barazande F. Life style of nurses worked at Gorgan, s city hospitals. The Journal of Faculty of Nursing & Midwiferyof Tehran. 2004, 13: 43-53.
13. Harlem G.B. World health organizationreducing risk, promoting health, worldhealth report.2003;1(2): 35-40.
14. Park's Textbook of Preventive and SocialMedicine-17th Edition, 2002, Volume 3,translated by khosrorefaieshirpa. Eilyapublication, Tehran. 2005; 2(2):25-26.
15. MohammadiZeydi E, HeidarNia AR, HajiZadeh E. The study of cardiovascularpatient's lifestyle.Scientific - ResearchJournal of Shahed University. 2006; 61: 49-56.
16. Popovic T, Stephens WJ. Morbidity andmortality weekly report (M.M.W.R.), 2008; 10, www.cdc.gov/MMWV.
17. Rahnavard Z, Zolfaghari M, KazemnejadA, Zarei L. The relation between femaleteenagers' life style and osteoporosisprevention. The Journal of Faculty ofNursing & Midwifery of Tehran. 2006; 2: 53-61.
Nola IA, Doko Jelinic J, Matanic D, Pucarin-Cvetkovic J, Bergman Markovic B, Senta A. 18. Differences in eating andlifestyle habits between first- and sixth-year medical students from Zagreb. 2010;34(4):1289-94. Coll
19. Anand P, Kunnumakara AB, Sundaram C, Harikumar KB, Tharakan ST, Lai OS, et al. Cancer is a preventable disease that requires major lifestyle changes. Pharmaceutical research. 2008;25(9):2097-116.

20. Nof Khanna DP, Kaushik R, Kaur G. Changing dietary pattern and lifestyle on diseases. Asian Journal Multidimensional Research. 2012;1(6):49-54.
21. Von Bothmer M, Fridlunb F. Gender differences in health habits and in motivation for a healthylifestyle among Swedish university students. Nursing and Health Sciences. 2005; (7):107-18.
22. Scully M, Dixon H, White V, Beckmann K. Dietary, physical activity and sedentary behavioramong Australian secondary students in 2005. Health Promotion International. 2007;22(3):236-45.
23. Amani R. Study of girl students Nutritional Status in Ahvaz Dormitory. Journal of Ahvaz medical Sciense. 2005; (42):54-61.

Barss P, Grivna M, Al-Maskari F, Kershaw G. Strengthening public health medicine training for 24. Medical students: development and evaluation of a lifestyle curriculum. Medical teacher. 2008;30(9- 10): 196-218.
Mansorian M, Qorbani M, Solaimani MA, Maoodi R, Rahimi E, Asayesh H. A Survey of lifestyle 25 and its influential Factors among the University Student in Gorgan. j of jahrom Univ of Med Sci. 2009;7(1):62-71.
26. Motlagh Z, Mazloomy-Mahmoodabad SS, Momayyezi M. Study of Health-promotion behaviors among university of medical science students. Zahedan J Res Med Sci (ZJRMS). 2011;13(4):29-34.
27. Peker K, Bermark G. Predictors of health-promoting behaviors among freshman dental students at Istanbul University. Journal of Dental Education. 2011;75(3):413-20.
28. Sallis JF, Glanz K. Physical activity and food environments: solutions to the obesity epidemic. Milbank Quarterly. 2009; 87(1): 123-54.
29. Fergie M. Life in the mirror Equinox, Qom, garden books, Islamic Publications Bureau.2012. [In Persian]
30. Mohadesi J. and social ethics in Islam, Qom, Islamic Propagation Office of Qom seminary.2013. [In Persian]
31. Modarresi Yazdi M. Islamic ethics, Soroush Publications. 2008; 1(2):266. [In Persian]
32. Nasri A. Principles of Anthropology in the Quran, Islam publication Foundation transitional education.1982. [In Persian]
33. Islami Seyyed Hossein. Enjoining good and forbidding wrong, publishing Khorram, Second Edition.2007. [In Persian]
34. Mesbah Yazdi, M. Conductor from heaven Karbala. Publications Institute of Imam Khomeini.2009. [In Persian]
35. Mohadasi J. Spiritual life, Publications Cultural Foundation Imam Mahdi.2014. [In Persian]
36. Kafi, A. Belief and unbelief, the truth and trust matters, publishing office and household culture,2005 ; 3(1): 162. [In Persian]
37. Khamenei A. The University and the student in the mirror guidelines of the Supreme Leader, the international publishing company. 2005. [In Persian]
38. Godsi Poor H. Analytical Hierarchy Process, Publishers Amir Kabir University, Fourth Edition.2002. [In Persian]

بررسی اثرات معنویت بر رفتارهای شهروندی کارکنان و ارتباط آن با وفاداری مشتری و کیفیت خدمات دربیمارستان‌های شریعتی و ولی‌عصر فسا

حمید رضا تابلی[۱]*، محسن جابلقاء[۲]، حسن حسین ناصر آباد[۱]، محمدحسین صادقی[۲]

۱-دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
۲- دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران.

چکیده

با ورود به عصر اطلاعات و دانش، مفاهیم جدیدی در محیط مدیریت و کسب وکار ظهور کرده‌اند. معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی از همین دست مفاهیم می‌باشند. اهمیت یافتن رفتار شهروندی سازمانی به دلیل اثرات آن بر اثربخشی سازمانی می‌باشد. در این تحقیق سعی شد تا تأثیر رفتار شهروندی سازمانی به عنوان یک متغیر درون سازمانی بر کیفیت خدمات و وفاداری مشتری به عنوان متغیرهای برون سازمانی نیز مورد بررسی قرار گیرد. تحقیق حاضر به لحاظ هدف از نوع کاربردی و به لحاظ جمع آوری داده‌ها از نوع توصیفی و همبستگی می‌باشد. ابزار اصلی این تحقیق پرسشنامه می‌باشد. دوره زمانی انجام این تحقیق مهر ماه ۹۳ لغایت بهمن ماه ۹۳ در بیمارستان‌های حضرت ولی عصر و دکتر علی شریعتی شهرستان فسا می‌باشد. جامعه آماری کلیه کارکنان و سرپرستان و مراجعه کنندگان بیمارستان‌های ولی عصر و شریعتی شهرستان فسا می‌باشد. نمونه آماری شامل تعدادی از کارکنان و سرپرستان و مراجعه کنندگان بیمارستان‌های ولی عصر و شریعتی شهرستان فسا است. سؤالات مربوط به معنویت محیط کاری را کارکنان، سؤالات مربوط به رفتار شهروندی سازمانی را سرپرستان و سؤالات مربوط به کیفیت خدمات و وفاداری مشتری را، مراجعه کنندگان پاسخ داده‌اند. روش نمونه گیری روش تصادفی ساده و از روش‌های تحلیل عاملی، آزمون همبستگی پیرسون و الگوسازی معادلات ساختاری برای تجزیه و تحلیل اطلاعات و آزمون فرضیه‌ها استفاده شده است. نتایج نشان می‌دهد که بین معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی و بین رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات و بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری رابطه مثبتی وجود دارد اما بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری، رابطه‌ای وجود ندارد.

کلمات کلیدی: معنویت، رفتار شهروندی سازمانی، کیفیت خدمات، وفاداری مشتری

* **نویسنده مسئول: حمیدرضا تابلی،** دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

مقدمه

آن دسته از رفتارهای شغلی کارکنان که تاثیر زیادی بر اثربخشی عملیات سازمان دارند، توجه محققان و مدیران زیادی را به خود جلب کرده‌اند. در گذشته محققان در مطالعات خود جهت بررسی رابطه میان رفتارهای شغلی و اثر بخشی سازمانی[۱]، اکثرا به عملکرد درون نقشی[۲] کارکنان توجه می‌کردند. عملکرد درون نقشی به آن رفتارهای شغلی کارکنان اطلاق می‌شود که در شرح وظایف و نقش‌های رسمی سازمان بیان شده و توسط سیستم رسمی سازمان شناسایی و پاداش داده می‌شوند.

تقریباً از یک دهه و نیم قبل، محققان بین عملکرد درون نقشی و عملکرد فرانقشی تفاوت قائل شده‌اند (۱۲) عملکرد فرانقشی[۳] به رفتارهای شغلی فراتر از نقش‌های رسمی کارکنان بر می‌گردد که این رفتارها اختیاری هستند و معمولا در سیستم پاداش رسمی سازمان در نظر گرفته نمی‌شوند (۱۸).

---

[۱] Organizational Effectiveness

[۲] In-role Performance

[۳] Extra-role Performance

محققان اهمیت زیادی برای تاثیر عملکرد فرانقشی بر اثر بخشی سازمانی قائل می‌باشند. یکی از متداول ترین مفهوم سازی‌ها و عملیاتی سازی‌های صورت گرفته درباره رفتارهای فرانقشی، رفتارهای شهروندی سازمانی[۱] می‌باشد (۳ و ۱۸).

رفتارهای شهروندی سازمانی

در ۱۵ سال گذشته تحقیقات زیادی در موضوع رفتار شهروندی سازمانی صورت گرفته است. این واژه اولین بار در سال ۱۹۸۳ توسط ارگان و همکارش مطرح شد (۳). مبنای این مطرح شدن به مفاهیمی از قبیل «تمایل به همکاری[۲] **(۲)** و نیز تمایز بین عملکرد قابل اعتماد نقش» ورفتارهای نوآورانه و خودجوش[۳](۱۳) برمی‌گردد.

در ابتدا تحقیقات عمدتاً در راستای شناخت رفتارهایی بود که با وجود تاثیر آشکار بر عملکرد سازمان‌ها، در سیستم‌های ارزیابی عملکرد نادیده گرفته می‌شدند. در واقع در تعابیر اولیه، رفتار شهروندی سازمانی در برگیرنده رفتارهای خارج از محدوده شغل ملاحظه می‌شد. البته به تدریج همراه با توسعه مفهوم رفتار شهروندی سازمانی مشخص شد که تمایز میان فعالیت‌های درون حوزه شغل و خارج از حوزه شغل چندان مشخص و آشکار نیست؛ لذا باید رفتار شهروندی سازمانی را به طور انعطاف پذیر تعریف کرد (۴).

یکی از تعاریف اولیه که مورد قبول بسیاری از محققان قرار گرفته است، توسط ارگان (۱۹۸۸) مطرح شده است:

«رفتار شهروندی سازمانی شامل رفتارهای اختیاری[۴] کارکنان است که جزء وظایف رسمی آن‌ها نیست و مستقیما توسط سیستم رسمی پاداش سازمان در نظر گرفته نمی‌شود ولی میزان اثر بخشی کلی سازمان را افزایش می‌دهد» (۱۸). درباره ابعاد رفتار شهروندی سازمانی هنوز یک توافق واحد بین محققان وجود ندارد. برای مثال ابعادی نظیر رفتارهای کمک کننده، رادمردی و گذشت، وفاداری سازمانی، پیروی از دستورات، نوآوری فردی، وجدان، توسعه فردی، ادب و ملاحظه، فضیلت مدنی و نوع دوستی در تحقیقات مختلف به عنوان ابعاد شکل دهنده رفتار شهروندی سازمانی مورد توجه قرار گرفته‌اند. همچنین بعضی محققان بین رفتارهای شهروندی در رابطه با دیگر افراد و نیز در رابطه با کل سازمان تفاوت قائل شده‌اند (۲۳ و ۲۶).

ابعادی که بیشترین توجه را میان محققین به خود جلب کرده‌اند عبارتند از:

نوع دوستی[۵]، وجدان[۶]، ادب وملاحظه[۷]، راد مردی و گذشت[۸] و فضیلت مدنی[۹]

این پنج بعد توسط ارگان در سال ۱۹۸۸ مطرح شدند و پادساکف و همکارانش در سال ۱۹۹۰ با کمک روش تحلیل عاملی برای هرکدام از این پنج بعد، مقیاس سنجش استانداردی ایجاد کردند که این مقیاس‌ها در سال‌های بعد برای سنجش رفتار شهروندی سازمانی مورد استفاده بسیاری از محققان قرار گرفته است (۱۸ و ۲۱).

معنویت در محیط کار[۱۰]

---

۱ Organizational Citizenship Behavior

۲ Willingness to Cooperate

۳ Innovative and Spontaneous Behaviors

۴ Discretionary

۵ Altruism

۶ Conscientiousness

۷ Courtesy

۸ Sportsmanship

۹ Civic Virtue

۱۰ Workplace Spirituality

در این تحقیق معنویت محیط کاری به عنوان یکی از عوامل ایجاد کننده رفتار شهروندی سازمانی مورد سنجش قرار می‌گیرد. یکی از روندهای مهم کسب وکار و مدیریت در قرن ۲۱ که از اواسط دهه ۹۰ به طور جدی مطرح شده است، تمرکز بر معنویت کارکنان در سازمان‌ها می‌باشد (۲۴).

اهمیت و تعداد تحقیقات در این زمینه در حال افزایش است. معنویت محیط کاری موضوع بسیاری از مجلات مدیریتی بوده است و حتی به روی جلد مجلاتی از قبیل Business Week (۷) و Fortune (۱۰) راه یافته است. همچنین کتاب‌های زیادی نیز در این زمینه به نگارش درآمده‌اند.

به علاوه در سال ۱۹۹۹، آکادمی مدیریت[۱] آخرین گروه تخصصی خود را تحت عنوان «**معنویت، دین وکار**»[۲]، تشکیل داده است.

دلیل علاقه مندی سازمان‌ها به معنویت محیط کاری، افزایش اثر بخشی سازمانی است. شواهد تجربی رابطه مثبتی را بین معنویت محیط کاری با خلاقیت (۹)، صداقت و اعتماد درون سازمان (۲۵)، افزایش حس کامیابی شخصی (۵)، تعهد سازمانی (۸)، نگرش های شغلی از قبیل رضایت شغلی، مشارکت شغلی و کاهش میل به خروج و احترام به خود مبتنی بر سازمان (۲۵) نشان می‌دهند.

با توجه به ماهیت شخصی معنویت، در این باره دیدگاه‌ها و تعاریف مختلفی وجود دارد. در این تحقیق مبنای کار ما تعریف معنویت محیط کاری توسط اشمس و دوچن می‌باشد که عبارت است از:

«درک و شناسایی این که بعدی از زندگی کارکنان درونی و باطنی است که این بعد قابل پرورش است و به واسطه انجام کارهای با معنا در زندگی افزایش می‌یابد» (۱).

رفتار شهروندی سازمانی و معنویت محیط کاری

با توجه به مطالب ذکر شده طبیعی است که فرض کنیم بین وجود معنویت محیط کاری و رفتارهای رفتار شهروندی سازمانی کارکنان رابطه‌ای مثبت و مستقیم وجود دارد. در واقع کارکنانی که در کارشان احساس معنا و مفهوم عمیقی دارند، باور دارند که انسان‌ها با یکدیگر پیوند دارند، در محیط کار احساس همبستگی با دیگران دارند، ارزش‌ها و اهداف خود را همسو با ارزش‌های سازمان می‌بینند و باور دارند که سازمان نسبت به آن‌ها و مسایلشان مثل رفاه همه کارکنان سازمان توجه و ملاحظه دارد، احتمال زیادی دارد که در محیط کار از خود رفتارهای رفتار شهروندی سازمانی نشان دهند.

نکته دیگر این که در تحقیقات قبلی مشخص شده است که از یک سو معنویت محیط کاری از عوامل ایجاد کننده نگرش‌های شغلی از قبیل رضایت شغلی، تعهد سازمانی، اعتماد و مشارکت شغلی است (۱۵) و از سوی دیگر نگرش‌های شغلی خود از عوامل ایجاد کننده رفتار شهروندی سازمانی می‌باشند (۲۳). بنابراین می‌توانیم این طور نتیجه بگیریم که معنویت محیط کاری به طور غیر مستقیم و از طریق نگرش‌های شغلی کارکنان نیز بر رفتار شهروندی سازمانی تاثیر می‌گذارد.

لازم به ذکر است در تحقیقات صورت گرفته در زمینه رفتار شهروندی سازمانی تا به حال معنویت محیط کاری به عنوان عامل پیش بینی کننده رفتار شهروندی سازمانی مطرح نشده است.

کیفیت خدمات[۳]

---

[۱] Academy of Management

[۲] Spirituality, Religion and Work (SRW)

[۳] Service Quality

کیفیت خدمات یکی از معنادارترین سازه‌ها در تبیین و توصیف نیات رفتاری[۱] آینده مشتریان می‌باشد (۳۰) و امروزه به یک عامل متمایز کننده مهم و در واقع به رقابتی ترین اسلحه برای شرکت‌های خدماتی پیشرو تبدیل شده است. شرکت‌های خدماتی پیشرو همواره برای حفظ کیفیت برتر خدمات و در نتیجه حفظ مشتریان خود در تلاش می‌باشند (۳۰).

در ادبیات مدیریت و بازاریابی هنوز توافق واحدی برای تعریف و مفهوم سازی کیفیت خدمات وجود ندارد. با این حال می‌توانیم به طور ساده کیفیت خدمات ادراک شده توسط مشتری را این گونه تعریف کنیم:

«قضاوت ادراک شده مشتری درباره کیفیت کلی خدمات که ناشی از اختلاف بین ادراک مشتریان[۲] و انتظار آن‌ها از خدمات دریافت شده می‌باشد» (۲۸ و ۳۱).

کیفیت خدمات و رفتار شهروندی سازمانی

محققان زیادی موفقیت بلند مدت، سودآوری و اثربخشی سازمان‌ها را نتیجه کیفیت خدمات می‌دانند (۲۱ و ۲۸). با توجه به اهمیت کیفیت خدمات، محققان زیادی تلاش کرده‌اند تا عوامل ایجاد کننده کیفیت خدمات را شناسایی کنند (۲۹). از جمله عوامل بسیار مهم و اثر گذار بر کیفیت خدمات، رفتارهای کارکنان در سازمان می‌باشد. در واقع این فعالیت‌های کارکنان درون سازمان است که سازمان را با مشتریانش پیوند می‌دهد. هدف این فعالیت‌ها حفظ وفاداری مشتریان از طریق برآورده ساختن نیازهایشان است؛ لذا جهت اطمینان از موفقیت در ایجاد کیفیت خدمات عالی، کارکنان اهمیتی کلیدی دارند، چرا که نهایتا آن‌ها هستند که مسئول ارائه خدمات و برآورده ساختن انتظارات مشتریان می‌باشند (۶).

در تحقیقات قبلی در مورد کیفیت خدمات، عمدتا به رابطه رفتارهای رسمی و درون نقشی کارکنان و کیفیت خدمات ادراک شده توجه شده است. در حالی که علاوه بر این رفتارها، رفتارهای اختیاری و فرانقشی مثل رفتار شهروندی سازمانی نیز احتمالا تاثیر قابل توجهی در ارزیابی مشتریان از کیفیت خدمات خواهد داشت. اغلب رابطه رفتار شهروندی سازمانی و عملکرد سازمان در سطح مفهومی بررسی می‌شود. در حالی که تعدادی از محققان اولیه رفتار شهروندی سازمانی عقیده دارند که تحقیقات تجربی کافی در زمینه سنجش رابطه رفتار شهروندی سازمانی با عملکرد انجام نگرفته است (۲۲). بنابراین مشخص کردن رابطه رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات که نوعی عملکرد می‌باشد، بر اساس همین مبنا و مطالعات کم صورت گرفته می‌باشد.

چند دلیل برای پشتیبانی از رابطه رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات می‌توان ذکر کرد:

اول این که رفتار شهروندی سازمانی مستقیما بر رابطه بین کارکنان و مشتریان اثرات مثبتی دارد و ادراکات مشتریان از کیفیت خدمات را بهبود می‌بخشد. کارکنانی که رفتارهای رفتار شهروندی سازمانی نشان می‌دهند، قادر به بهبود کیفیت خدمات هستند، چرا که آن‌ها تلاش می‌کنند تا به بهترین نحو به دیگران و از جمله مشتریان کمک کنند (۶).

تئوری اجتماعی شدن[۳] نیز به فهم این رابطه کمک می‌کند (۱۱). بر اساس تحقیقات اجتماعی شدن، کارکنانی که یکی از رفتارهای کمک کننده مثل رفتار شهروندی سازمانی را انجام می‌دهند، احتمال بیشتری دارد که دیگر انواع رفتارهای کمک کننده مثل رفتارهای مشتری گرایانه را انجام دهند (۱۱). برای مثال کارکنان با وجدان احتمال بیشتری دارد که برای حل مشکلات مشتریان تلاش کنند.

دلیل دیگر، اثرگذاری رفتار شهروندی سازمانی بر جنبه درونی سازمانی است، که به طور غیر مستقیم موجب بهبود کیفیت خدمات می‌شود رفتار شهروندی سازمانی (۲۲). بهره وری کارکنان و گروه‌های کاری را افزایش می‌دهد، کار تیمی را تشویق می‌کند، ارتباطات، همکاری و کمک کارکنان به یکدیگر را افزایش می‌دهد، نرخ اشتباهات را کاهش می‌دهد و مشارکت و درگیر شدن کارکنان در سازمان

---

[۱] Behavioral Intentions

[۲] Customer Perception

[۳] Socialization

را ارتقا می‌دهد (۶). کارکنانی که محیط کاری را مثبت درک کنند، احتمال مشتری گرایی آن‌ها بیشتر می‌شود (۲۷). بنابراین رفتار شهروندی سازمانی با اثرگذاری بر عوامل درونی سازمان از قبیل جو خدمات، محیط کاری و حفظ کارکنان موجب کیفیت عالی در خدماتی می‌شود که کارکنان به مشتریا ن ارائه می‌کنند (۶).

دلیل دیگر این که ارزیابی مشتریان از کیفیت خدمات از عوامل مهم در کسب اثر بخشی سازمانی است؛ لذا دلیل علاقه زیاد محققان به رفتار شهروندی سازمانی مبتنی بر این فرض است که رفتار شهروندی سازمانی مثلا با تاثیر بر کیفیت خدمات منجر به اثر بخشی سازمانی می‌شود (۲۹).

وفاداری مشتری[۱]

یک عامل مهم در موفقیت مستمر سازمان‌ها، قابلیت آن‌ها در حفظ مشتریان فعلی و وفادار ساختن آن‌ها به نام و نشان و یا خدمات سازمان است (۲۸).

مشتریان وفادار از طریق خرید مجدد، خرید بیشتر، خرید کالاها یا خدمات جدید، پرداخت قیمت‌های بالاتر و تبلیغ دهانی به دیگران موجب موفقیت سازمان‌ها می‌شوند (۲۹). همچنین امروزه به طور گسترده‌ای این امر پذیرفته شده است که حفظ مشتریان فعلی بسیار ارزان تر از جذب مشتریان جدید است. رقابت پذیری[۲] بسیاری از صنایع و خدمات به توانایی سازمان‌ها در ایجاد مشتریان وفادار بر می‌گردد (۲۸).

در ادبیات آکادمیک حجم مطالب قابل ملاحظه‌ای برای تعریف و تعیین ابعاد وفاداری مشتری وجود دارد. با این حال محققان هنوز به تعریف واحدی نرسیده‌اند (۲۸).

به صورت ساده می‌توانیم وفاداری مشتری را این گونه تعریف کنیم:

«وفاداری، نگرش[۳] مطلوب به یک مارک یا خدمت و خرید مکرر آن است» (۲۸).

بنابراین وفاداری مشتری وقتی حاصل می‌شود که مشتریان:

- ✓ نگرش‌های مطلوبی نسبت به یک کالا یا خدمات و یا سازمان ارائه کننده آن دارند.
- ✓ به طور مکرر از آن کالا یا خدمات استفاده می‌کنند (۲۸).

به طور کلی سه رویکرد عمده برای تعیین انواع وفاداری مشتری وجود دارد که با تعریف ذکر شده نیز مناسبت دارد: رویکرد رفتاری، رویکرد نگرشی و رویکرد ترکیبی (۳۱).

وفاداری رفتاری به تکرار خرید و معامله گفته می‌شود. حداقل کردن رفتارهایی از قبیل تغییر محصول، خدمات و یا سازمان و نیز انتخاب طولانی مدت یک مارک یا سازمان در رویکرد وفاداری رفتاری ملاحظه می‌شوند وفاداری رفتاری را گاهی اوقات می‌توانیم به سادگی تنها با تکنیک‌های مشا هده‌ای بسنجیم (۳۱).

رویکرد نگرشی به نگرش‌های مشتریان در رابطه با اثرات مثبت یک کالا، خدمات و یا سازمان و نیز تمایل به حفظ آن رابطه بر می‌گردد. نیات خرید، ترجیح یک مارک یا یک سازمان، تمایل به تحمل افزایش قیمت به جای تعویض سازمان و توصیه یک مارک یا خدمت به دیگران در رویکرد نگرشی مورد ملاحظه قرار می‌گیرند (۳۱). رویکرد سوم وفاداری را ترکیبی از دو رویکرد قبل می‌داند و هر یک از آن‌ها را به تنهایی برای تعیین و سنجش وفاداری مشتری کافی نمی‌داند. تعریفی که پیش تر از وفاداری ارائه شد، بر اساس همین رویکرد وفاداری ترکیبی می‌باشد (۳۱).

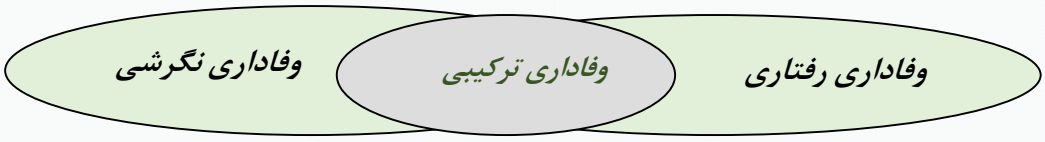
---

[۱] Customer Loyalty

[۲] Competitiveness

[۳] Attitude

شکل زیر تکامل مفهوم وفاداری را در طول ۴۰ سال بین ۱۹۵۰ تا ۱۹۹۰ نشان می‌دهد:



وفاداری مشتری و رفتار شهروندی سازمانی

همان طور که ذکر شد، فعالیت‌های کارکنان درون سازمان آن را با مشتریانش پیوند می‌دهد. رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری را می‌توانیم این گونه توصیف کنیم:

اول این که رفتار شهروندی سازمانی همانند تأثیری که بر کیفیت خدمات ادراک شده دارد، مستقیما بر وفاداری مشتریان نیز تأ ثیر می‌گذارد. بر اساس مطالعات بر روی شبکه‌های اجتماعی[۱]، می‌توان گفت که وقتی یک مشتری، در حیطه روابط رسمی، از روابطی که با کارکنان یک سازمان دارد، رضایت دارد، احتمالا در درازمدت روابطش را با سازمان حفظ می‌کند بنابراین رفتار کارکنان با مشتری‌ها، خیلی زیاد بر رفتارها و نیات رفتاری مشتریان جهت ادامه خرید یا عدم خرید کالا و خدمات از یک سازمان اثر گذار است (۶).

همچنین دیدگاه بازاریابی درونی بیان می‌کند که ایجاد ارتباطات و مبادلات موفق با مشتریان، پیش از هر چیز به ارتباطات درونی بین کارکنان و نیز بین کارکنان با سازمان بستگی دارد. در واقع تنها بعد از ایجاد چنین ارتباطات درونی اثر بخشی است که امکان برقراری ارتباطات بیرونی موفق با مشتریان و وفادار ساختن آن‌ها امکان پذیر است (۶) در همین راستا رفتارهای فرا وظیفه‌ای مثل رفتار شهروندی سازمانی از عوامل حیاتی و اثر گذار بر کیفیت خدمات، رضایت مشتریان و نهایتا وفادار ساختن مشتریان می‌باشند؛ لذا سازمان‌ها با تشویق این رفتارهای اختیاری که ارتباطات کارکنان با یکدیگر و با مشتریان را افزایش و بهبود می‌دهد، سبب افزایش کمیت و کیفیت تماس‌ها و روابط با مشتری‌ها می‌شوند و تعهد مشتریان به خدمات سازمان و نیاتشان برای حفظ رابطه با سازمان را افزایش می‌دهند (۶).

به علاوه سایر دلایلی که برای ارتباط بین رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات ذکر شد، درباره ارتباط رفتار شهروندی سازمانی با وفاداری مشتری نیز صادق می‌باشد.

کیفیت خدمات و وفاداری مشتری

در این تحقیق رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری از طریق متغیر میانجی کیفیت خدمات نیز بررسی می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که کیفیت خدمات:

- ✓ تمایل و نیات مشتری برای خرید و استفاده مجدد و یا بیشتر از خدمات و کالاهای قبلی و نیز خرید کالا ها و خدمات جدید را افزایش می‌دهد.
- ✓ حساسیت به قیمت را کاهش می‌دهد، تبلیغات دهانی را زیاد می‌کند و مقاومت در برابر کالاها و خدمات رقبا را افزایش می‌دهد (۶).

[۱] Social Networks

همه موارد ذکر شده از عوامل رفتاری و نگرشی وفاداری مشتری می‌باشند. بنابراین می‌توان گفت که بین کیفیت خدمات و وفاداری مشتری رابطه مثبتی وجود دارد و این که کیفیت خدمات به عنوان میانجی در رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری عمل می‌کند.

ضرورت انجام تحقیق

متغیر هایی که در این پژوهش بررسی می‌شوند عبارتند از: معنویت محیط کاری، رفتار شهروندی سازمانی، کیفیت خدمات و وفاداری مشتری. همچنین در رابطه با کیفیت خدمات و وفاداری مشتری نیز با این که مطالب به زبان فارسی به حد کافی وجود دارد، تحقیقات تجربی صورت گرفته ناکافی به نظر می‌رسد.

نکته دیگر این که اکثر تحقیقات درباره متغیرهای این تحقیق و به خصوص درباره رفتار شهروندی سازمانی و معنویت محیط کاری در محیطی آمریکایی صورت گرفته است و شاید نتوان نتایج آن را به محیط شرقی و اسلامی تعمیم داد. بنابراین لازم است اولا این دو مفهوم متناسب با فرهنگ خودمان بازنگری شوند و ثانیا در زمینه‌ای داخلی مورد سنجش قرار بگیرند. در این تحقیق ما سعی می‌کنیم در مورد رفتار شهروندی سازمانی متناسب با فرهنگ کشورمان ملاحظاتی جدی داشته باشیم.

نهایتا این که نتایج این پژوهش کمک زیادی به سازمان‌هایی که در تماس با مشتریان هستند، می‌کند تا هم بتوانند کارکنان داخلی را پرورش دهند و هم موجب بهبود کیفیت خدمات و وفاداری مشتری شوند و نهایتا اثربخشی سازمانی را ارتقا دهند.

سابقه تحقیقات و مطالعات انجام گرفته:

در زمینه معنویت محیط کاری نیز با این که تعداد تحقیقات از سال ۱۹۹۹ به بعد رشد زیادی داشته است، هنوز در سطح دنیا تعداد مقالات در این زمینه اندک است. البته این موضوع در ادبیات آکادمیک روانشناسی سابقه طولانی تری دارد.

ادبیات بازاریابی و از جمله کیفیت خدمات و وفاداری مشتری دارای تاریخچه‌ای طولانی (در حدود ۶۰ سال) می‌باشد و به خصوص در ۲۰ سال اخیر حجم مقالات در سطح دنیا در این زمینه رشد قابل توجهی داشته است. با این وجود، با این که در کشور ما ادبیات این موضوع به حد کافی وجود دارد، تعداد تحقیقات تجربی صورت گرفته کافی نیست.

نکته قابل ذکر دیگر این که در این تحقیق برای نخستین بار رابطه معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی بررسی می‌شود.

چند تحقیق تجربی مهم

در این بخش به سه تحقیق تجربی مهم در این زمینه اشاره می‌شود:

الف) در سال ۱۹۹۹ میتروف و دنتون جدی‌ترین تحقیق تجربی را به کمک پرسشنامه و مصاحبه‌هایی با مدیران منابع انسانی در محیط‌های کاری آمریکا انجام دادند.

این دو محقق نتیجه گرفتند که معنویت در محیط کار قابل مدیریت کردن است و این کار از مهم‌ترین و اساسی‌ترین وظایف مدیران است. آن‌ها عقیده داشتند در غرب، جدایی میان علم، مذهب و هنر بیش از حد صورت گرفته است و امروزه سازمان‌ها بدون معنویت دوام نمی‌آورند. آن‌ها تأکید داشتند که روش‌های مدیریت معنویت، باید بدون جدا کردن آن از سایر عناصر مدیریت مورد سنجش قرار گیرد (۱۶).

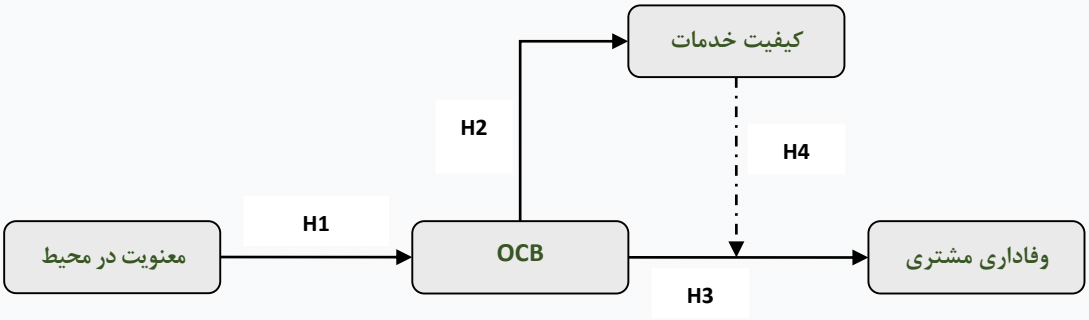
ب) یکی دیگر از تحقیقات جدی با هدف تعریف معنویت در محیط کار و با روشی اکتشافی و کیفی توسط کینجرسکی و اسکرپنیک (۲۰۰۴) صورت گرفته است. آن‌ها از ۱۴ محقق با روش‌های مختلفی از قبیل مصاحبه حضوری، مصاحبه تلفنی و نظرسنجی مکتوب اطلاعات مورد نظر خود را درباره دو موضوع جمع‌آوری کردند: مفهوم معنویت در محیط کار و بیان تجاربی که آن‌ها در این زمینه داشتند.

با وجود این که برای اکثر آن‌ها تعریف جامع معنویت در محیط کار دشوار بود، آن‌ها به سادگی درباره تجارب خود صحبت می‌کردند. توضیحات آن‌ها آشکار کرد که معنویت در محیط کار، عبارتی متمایز است و از دیدگاه افراد مختلف دارای ابعاد فیزیکی، عاطفی، شناختی، بین شخصی، معنوی، و رازورزانه است و در واقع دربرگیرنده یک احساس پیوند و ارتباط با دیگران و مقصود جمعی، یک حس ارتباط با موجودیتی

والاتر و نیز یک حس تکامل و تعالی می‌باشد. این دو محقق با کمک نتایج تحقیق خود تعریف جامعی از معنویت در کار ارائه کردند و توصیه کردند که تحقیقات آینده بین معنویت درونی و سازمانی در محیط کار تفکیک قائل شود و ارتباط آن‌ها را بسنجد (۱۴).

فرضیه‌های تحقیق

با توجه به مطالب ذکر شده طبق مدل مفهومی زیر فرضیه‌های تحقیق عبارتند از:



H1: بین معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی رابطه مثبتی وجود دارد.
H2: بین رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات رابطه مثبتی وجود دارد.
H3: بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری رابطه مثبتی وجود دارد.
H4: کیفیت خدمات در رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری به عنوان میانجی عمل می‌کند.

اهداف اساسی از انجام تحقیق

- ✓ بررسی ارتباط میان معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی
- ✓ بررسی ارتباط میان رفتار شهروندی سازمانی، وفاداری مشتری و کیفیت خدمات
- ✓ ارائه راه‌کارهایی برای ایجاد و تقویت رفتار شهروندی سازمانی در سازمان‌های خدماتی
- ✓ ارائه راه‌کارهایی برای بهبود کیفیت خدمات و وفاداری مشتری از طریق بهبود محیط داخلی سازمان

روش انجام پژوهش

روش تحقیق:

تحقیق حاضر به لحاظ معرفت شناسی از نوع اثبات گرایانه می‌باشد.
تحقیق حاضر به لحاظ هستی شناسی از نوع واقع گرایانه می‌باشد.
تحقیق حاضر به لحاظ هدف از نوع کاربردی می‌باشد.
تحقیق حاضر به لحاظ جمع آوری داده ها از نوع توصیفی و همبستگی می‌باشد.

روش‌های گردآوری اطلاعات:

ابزار اصلی پرسشنامه می‌باشد.

قلمرو تحقیق:

الف) دوره زمانی انجام این تحقیق:

مهرماه ۹۳ لغایت بهمن ماه ۹۳

ب) مکان تحقیق:

بیمارستان حضرت ولی عصر و دکتر علی شریعتی شهرستان فسا

ج) قلمرو موضوعی:

رفتار سازمانی، منابع انسانی و بازاریابی

جامعه آماری:

کلیه کارکنان وسرپرستان و مراجعه کنندگان بیمارستان‌های ولی عصر و شریعتی شهرستان فسا

نمونه آماری:

تعدادی از کارکنان و سرپرستان و مراجعه کنندگان بیمارستان‌های ولی عصر و شریعتی شهرستان فسا

در این تحقیق سؤالات مربوط به معنویت محیط کاری را **کارکنان**، سؤالات مربوط به رفتار شهروندی سازمانی را **سرپرستان** و سؤالات مربوط به کیفیت خدمات و وفاداری مشتری را، **مراجعه کنندگان** پاسخ خواهند گفت.

روش یا روش‌های نمونه گیری:

روش تصادفی ساده

روش‌های مورد نظر برای تجزیه و تحلیل اطلاعات و آزمون فرضیه‌ها:

- ✓ تحلیل عاملی
- ✓ آزمون همبستگی پیرسون
- ✓ الگوسازی معادلات ساختاری [۱]

متغیرهای تحقیق

- معنویت در محیط کار نسبت به رفتار شهروندی سازمانی متغیر مستقل است.
- رفتار شهروندی سازمانی نسبت به معنویت در محیط کار، متغیر وابسته و نسبت به کیفیت خدمات و وفاداری مشتری، متغیر مستقل می‌باشد.
- کیفیت خدمات و وفاداری مشتری متغیرهای وابسته هستند.
- کیفیت خدمات در رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی وفاداری مشتری، متغیر میانجی می‌باشد.

روش‌های جمع آوری اطلاعات

مهم‌ترین روش‌های گردآوری اطلاعات در این تحقیق بدین شرح است:

---

[۱] Structural Equation Modeling

۱) مطالعات کتابخانه‌ای

در این قسمت جهت گردآوری اطلاعات در زمینه مبانی نظری و ادبیات تحقیق موضوع، از منابع کتابخانه‌ای، مقالات، کتاب‌های مورد نیاز و نیز از شبکه جهانی اطلاعات (internet) استفاده شده است.

۲) تحقیقات میدانی

در این قسمت به منظور جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات برای تجزیه و تحلیل از ۳ نوع پرسشنامه استفاده گردیده است:

الف) پرسشنامه مربوط به معنویت در محیط کار را کارکنان پاسخ گفته‌اند. این پرسشنامه با استفاده از دو مقیاس معنویت در محیط کار، میلیمن و همکاران (۲۰۰۳) طراحی شده است. این پرسشنامه سه بعد معنادار بودن کار (۵ گویه)، احساس همبستگی با دیگران (۴ گویه) و همسویی با ارزش‌های سازمان (۵ گویه) را می‌سنجد (۱۵).

ب) پرسشنامه مربوط به رفتار شهروندی سازمانی را سرپرستان کارکنان در مورد کارکنان پاسخ گفته‌اند. دلیل این کار آن است که محققان ارزیابی سرپرست در مورد رفتار شهروندی کارکنان را معتبرتر می‌دانند (۲۰). این پرسشنامه با استفاده از دو مقیاس رفتار شهروندی سازمانی (۱۷ و ۲۱) طراحی شده است. . این پرسشنامه چهار بعد جوانمردی و گذشت (۳ گویه)، اخلاق مدنی (۳ گویه)، نوع دوستی (۳ گویه) و وجدان (۳ گویه) را می‌سنجد.

ج) پرسشنامه مربوط به کیفیت خدمات و وفاداری مشتری را نیز مراجعه کنندگان پاسخ گفته‌اند. پرسشنامه کیفیت خدمات با استفاده از مقیاس مشهور سروکوال[۱] (۱۹) طراحی شد. این پرسشنامه ۵ بعد عوامل ملموس (۴ گویه)، قابلیت اعتماد (۵ گویه)، اطمینان خاطر (۴ گویه)، پاسخگویی (۳ گویه) و همدلی (۵ گویه) را می‌سنجد. پرسشنامه وفاداری مشتری نیز با استفاده از مقیاس (۳۰) طراحی شده است. این پرسشنامه سه بعد تبلیغات دهانی (۳ گویه)، نیات رفتاری (۳ گویه) و حساسیت به قیمت (۲ گویه) را می‌سنجد.

پرسشنامه‌های مذکور شامل ۲ بخش عمده می‌باشند:

۱) نامه همراه: در این قسمت هدف از گردآوری داده‌ها به وسیلهٔ پرسشنامه و ضرورت همکاری پاسخ دهنده در عرضهٔ داده‌های مورد نیاز، بیان شده است. برای این منظور بر با ارزش بودن داده‌های حاصل از پرسشنامه تأکید گردیده تا پاسخ دهنده به طور مناسب پاسخ سوال‌ها را عرضه کند.

۲) سوال‌های (گویه‌ها) پرسشنامه: این بخش از پرسشنامه شامل ۲ قسمت است:

الف) سوالات عمومی:

در سوالات عمومی سعی شده است که اطلاعات کلی و جمعیت شناختی در رابطه با پاسخ دهندگان جمع‌آوری گردد.

ب) سوالات تخصصی:

پرسشنامه معنویت در محیط کار دارای ۱۴ گویه، پرسشنامه رفتار شهروندی سازمانی دارای ۱۲ گویه و نهایتا پرسشنامه کیفیت خدمات و وفاداری مشتری دارای ۲۸ گویه (۲۰ گویه مربوط به کیفیت خدمات و ۸ گویه مربوط به وفاداری مشتری) می‌باشند. در طراحی این قسمت سعی گردیده است که سئوالات پرسشنامه تاحد ممکن قابل فهم باشد. تنها یک سئوال مربوط به وفاداری مشتری به صورت منفی (دارای برچسب R) مطرح شده است.

برای طراحی این بخش از طیف پنج گزینه‌ای لیکرت استفاده گردیده است که یکی از رایج‌ترین مقایس‌های اندازه‌گیری به شمار می‌رود. شکل کلی و امتیاز بندی این طیف برای سئوالات مثبت به صورت ذیل می‌باشد:

شکل کلی: کاملاً مخالفم – مخالفم –نظری ندارم – موافقم – کاملاً موافقم

---

[۱] SERVQUAL

امتیاز بندی : ۱ ۲ ۳ ۴ ۵

روایی و پایایی پرسشنامه‌ها

تعیین پایایی (قابلیت اعتماد) پرسشنامه‌ها:

در این تحقیق به منظور تعیین پایایی آزمون از روش آلفای کرونباخ استفاده گردیده است. این روش برای محاسبه هماهنگی درونی ابزار اندازه‌گیری که خصیصه‌های مختلف را اندازه‌گیری می‌کند به کار می‌رود.

بدین منظور یک نمونه اولیه شامل ۳۰ پرسشنامه برای معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی و نیز ۵۰ پرسشنامه برای کیفیت خدمات و وفاداری مشتری پیش آزمون گردید و سپس با استفاده از داده‌های به دست آمده از این پرسشنامه‌ها و به کمک نرم‌افزار آماری SPSS میزان ضریب اعتماد با روش آلفای کرونباخ محاسبه شد که ضریب آلفای کرونباخ معنویت در محیط کار ۷۹ درصد، رفتار شهروندی سازمانی ۷۱ درصد، کیفیت خدمات ۷۸ درصد و وفاداری مشتری۷۳ درصد به دست آمد. به علاوه پس از جمع آوری کلیه داده‌ها و حذف بعضی از سؤالات پس از تحلیل عاملی نیز یک بار دیگر این آزمون انجام گرفت که ابن بار ضریب آلفای کرونباخ معنویت در محیط کار ۸۶ درصد، رفتار شهروندی سازمانی ۷۷ درصد، کیفیت خدمات ۸۳ درصد و وفاداری مشتری ۷۹ درصد به دست آمد. این اعداد نشان دهندهٔ آن است که پرسشنامه مورد استفاده، از قابلیت اعتماد و یا به عبارت دیگر از پایایی لازم برخوردار می‌باشد.

تعیین اعتبار (روایی) پرسشنامه:

در این مرحله با انجام مصاحبه‌های مختلف و کسب نظرات افراد یاد شده، اصلاحات لازم به عمل آمده و بدین ترتیب اطمینان حاصل گردید که پرسشنامه همان خصیصه مورد نظر محققین را می‌سنجد.

اعتبار عاملی پرسشنامه

کلیه سؤالات پرسشنامه‌های این تحقیق که با استفاده از پرسشنامه‌های معتبر علمی طراحی شده بودند، ابتدا مورد تحلیل عاملی اکتشافی[۱] و سپس جهت معنی دار بودن مورد تحلیل عاملی تأییدی[۲] قرار گرفتند.

آزمون فرضیه‌های تحقیق

همان طور که ذکر شد، در این مرحله ابتدا بین هر دو متغیر (بر اساس مدل مفهومی تحقیق) رابطه همبستگی پیرسون با کمک نرم افزار SPSS 12 آزمون می‌شود و تنها اگر این رابطه موجود و معنی دار باشد، آنگاه با روش مدل سازی معادلات ساختاری، با کمک نرم افزار LISREL 8/53 رابطه علی این دو متغیر آزمون می‌شود.

آزمون فرضیه شماره یک

فرضیه اول: بین معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی رابطه مثبتی وجود دارد.

طراحی فرض H_0

رابطه معنی‌داری میان معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی در جامعه مورد نظر وجود ندارد.

$$H_0 : \rho = 0$$

طراحی فرض H_1

رابطه معنی‌داری میان معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی در جامعه مورد نظر وجود دارد.

---

[۱] Exploratory

[۲] Confirmatory Factor Analysis

$H_1: \rho \neq 0$

الف) همبستگی پیرسون

جدول نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی را نشان می‌دهد.

جدول۱ – نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان معنویت محیط کاری و رفتار شهروندی سازمانی

Correlations
OCB & SPIRITUALITY

Correlations

		OCB	SPIRITULITY
OCB	Pearson Correlation	1	.653**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	100	100
SPIRITULITY	Pearson Correlation	.653**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

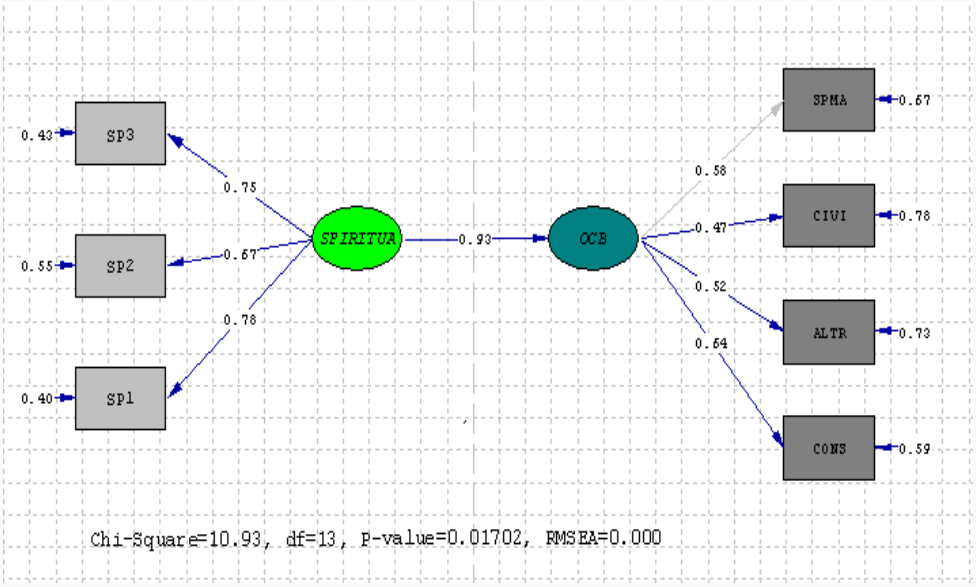
با توجه به خروجی SPSS، ضریب همبستگی پیرسون برای این دو متغیر ۰/۶۵۳ می‌باشد مقدار عدد معنی‌داری (sig) مشاهده شده کوچکتر از ۰/۰۱ و در واقع صفر (sig < ۰/۰۱) می‌باشد که از سطح معنی‌داری استاندارد (α = ٪۵) کمتر است؛ لذا میان این دو متغیر در سطح اطمینان ۹۹ درصد رابطه معنی‌داری وجود دارد. با توجه به این که ضریب همبستگی بین این دو متغیر دارای علامت مثبت می‌باشد بنابراین می‌توان گفت که جهت تغییرات این دو متغیر با یکدیگر هم جهت و از نوع مثبت بوده است یعنی افزایش میزان معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی و بالعکس همراه است. اکنون که وجود رابطه همبستگی مشخص گردید، رابطه علی میان معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی را می‌توان با روش مدل سازی معادلات ساختاری سنجید.

ب) مدل سازی معادلات ساختاری

شکل و جدول نتایج آزمون فرضیه اول (اجرای مدل ۱) به روش مدل سازی معادلات ساختاری را نشان می‌دهند. شکل نمایانگر ضریب استاندارد (R)، رابطه علی پیشنهاد شده میان متغیر معنویت در محیط کار با رفتار شهروندی سازمانی می‌باشد. جدول نیز R (ضریب استاندارد)، R^2 (ضریب تعیین)، ارزش t [۱] و شاخص‌های برازش مدل از قبیل کای دو، RMSEA و I GF را نشان می‌دهد. همان

[۱] t-value

طور که پیش تر ذکر شد، اگر مقدار χ^2 کم، نسبت χ^2 به درجه آزادی (df) کوچکتر از ۳، RMSE[۱] کوچکتر از ۰/۰۵ و نیز GFI[۲] و AGFA[۳] بزرگتر از ۹۰٪ باشند، می‌توان نتیجه گرفت که مدل اجرا شده برازش مناسبی دارد. ضریب استاندارد رابطه موجود نیز در صورتی که ارزش t، از ۲ بزرگتر یا از ۲- کوچکتر باشد، در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنی دار خواهد بود.



شکل۱ – خروجی آزمون رابطه علی میان معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی با استفاده از نرم افزار لیزرل

جدول ۲- نتایج اجرای مدل ساختاری میان معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی

فرضیه اول	ضریب غیراستاندارد	ضریب استاندارد (R)	R^2	t- value	نتیجه
معنویت در محیط کار ← رفتار شهروندی سازمانی	۰/۷۶	۰/۹۳	۰/۸۶	۵/۳۰	قبول

χ^2 = ۱۰/۹۳ df = ۱۳ RMSEA = ۰/۰۰۰ GFI = ۰/۹۷ AGFI = ۰/۹۳

ارزش **t** در سطح اطمینان ۹۹ ٪ معنی دار می‌باشد.

همان طور که مشاهده می‌شود، اولا با توجه به معنی دار بودن ارزش t، فرضیه اول در سطح اطمینان ۹۹ درصد تأیید می‌شود. ثانیا اعتبار و برازندگی مناسب مدل تأیید می‌شود، چرا که مقدار کای دو، مقدار RMSEA و نسبت کای دو به درجه آزادی کم و مقدار GFI

---

۱ Root Mean Square Error of Approximation

۲ Goodness of Fit Index

۳ Adjusted Goodness of Fit Index

و AGFA نیز بالای ۹۰ درصد است. ثالثا ضریب تعیین رابطه یا همان R^2 برابر با ۰/۸۶ است. این بدان معناست که ۸۶ درصد از تغییرات رفتار شهروندی سازمانی را می‌توان با معنویت در محیط کار تبیین کرد.

بنابراین فرض H_0 تأیید نشده و فرض H_1 یا همان فرضیه اول تحقیق تأیید می‌شود؛ لذا می‌توان بیان کرد که معنویت در محیط کار در جامعه مورد نظر در سطح اطمینان ۹۹ درصد موجب رفتار شهروندی سازمانی می‌شود.

آزمون فرضیه شماره دو

فرضیه دوم: بین رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات رابطه مثبتی وجود دارد.

طراحی فرض H_0

رابطه معنی‌داری میان رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات در جامعه مورد نظر وجود ندارد.

$$H_0: \rho = 0$$

طراحی فرض H_1

رابطه معنی‌داری میان رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات در جامعه مورد نظر وجود دارد.

$$H_1: \rho \neq 0$$

الف) همبستگی پیرسون

جدول نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات را نشان می‌دهد.

جدول ۳ – نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان رفتار شهروندی سازمانی وکیفیت خدمات

Correlations
OCB & SERVICE QUALITY

Correlations

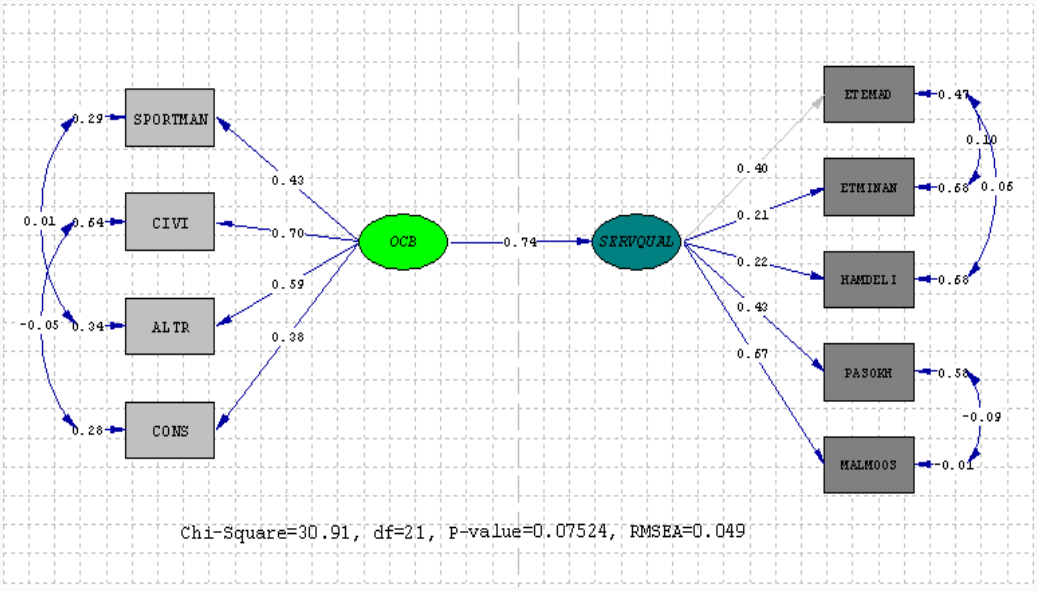
		SERVQUAL	OCB
SERVQUAL	Pearson Correlation	1	.746**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	100	100
OCB	Pearson Correlation	.746**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	100	100

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

با توجه به خروجی SPSS، ضریب همبستگی پیرسون برای این دو متغیر ۰/۷۴۶ می‌باشد مقدار عدد معنی‌داری (sig) مشاهده شده کوچکتر از ۰/۰۱ و در واقع صفر (sig < ۰/۰۱) می‌باشد که از سطح معنی‌داری استاندارد (α = ٪۵) کمتر است؛ لذا میان این دو متغیر در سطح اطمینان ۹۹ درصد رابطه معنی‌داری وجود دارد. با توجه به این که ضریب همبستگی بین این دو متغیر دارای علامت مثبت می‌باشد، بنابراین می‌توان گفت که جهت تغییرات این دو متغیر با یکدیگر هم جهت و از نوع مثبت بوده است یعنی افزایش میزان رفتار شهروندی سازمانی وکیفیت خدمات و بالعکس همراه است. اکنون که وجود رابطه همبستگی مشخص گردید، رابطه علی میان رفتار شهروندی سازمانی وکیفیت خدمات را می‌توان با روش مدل سازی معادلات ساختاری سنجید.

ب) مدل سازی معادلات ساختاری

شکل و جدول نتایج آزمون فرضیه دوم (اجرای مدل ۲) به روش مدل سازی معادلات ساختاری را نشان می‌دهند. شکل نمایانگر ضریب استاندارد (R)، رابطه علی پیشنهاد شده میان رفتار شهروندی سازمانی وکیفیت خدمات می‌باشد. جدول نیز R، R^2، ارزش t و شاخص‌های برازش مدل از قبیل کای دو، RMSEA وI GF را نشان می‌دهد. همان طور که پیش تر ذکر شد، اگرمقدار χ^2 کم، نسبت χ^2 به درجه آزادی (df) کوچکتر از ۳، RMSE کوچکتر از ۰/۰۵ و نیز GFI و AGFA بزرگتر از ٪۹۰ باشند، می‌توان نتیجه گرفت که مدل اجرا شده برازش مناسبی دارد. ضریب استاندارد رابطه موجود نیز در صورتی که ارزش t، از ۲ بزرگتر یا از ۲- کوچکتر باشد، در سطح اطمینان ٪۹۹ معنی دار خواهد بود.



شکل۲- خروجی آزمون رابطه علی میان رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات با استفاده از نرم افزار لیزرل

جدول۴. نتایج اجرای مدل ساختاری میان رفتار شهروندی سازمانی وکیفیت خدمات

فرضیه اول	ضریب غیراستاندارد	ضریب استاندارد(R)	R^2	t- value	نتیجه
کیفیت خدمات رفتار شهروندی سازمانی ←	۰/۶۵	۰/۷۴	۰/۵۵	۳/۶۳	قبول

χ^2 = ۳۰/۹۱ **df** = ۲۱ **RMSEA** = ۰/۰۴۹ **GFI** = ۰/۹۴ **AGFI** = ۰/۹۱

ارزش **t** در سطح اطمینان ۹۹٪ معنی دار می‌باشد.

همان طور که مشاهده می‌شود، اولا با توجه به معنی دار بودن ارزش t، فرضیه دوم در سطح اطمینان ۹۹ درصد تأیید می‌شود. ثانیا اعتبار و برازندگی مناسب مدل تأیید می‌شود، چرا که مقدار کای دو، مقدارRMSEA و نسبت کای دو به درجه آزادی کم و مقدار GFI و AGFA نیز بالای ۹۰ درصد است. ثالثا ضریب تعیین رابطه یا همان R^2 برابر با ۰/۵۵ است. این بدان معناست که ۵۵ درصد از تغییرات کیفیت خدمات را می‌توان با رفتار شهروندی سازمانی تبیین کرد.

بنابراین فرض H_0 تأیید نشده و فرض H_1 یا همان فرضیه دوم تحقیق تأیید می‌شود؛ لذا می‌توان بیان کرد که رفتار شهروندی سازمانی در جامعه مورد نظر در سطح اطمینان ۹۹ درصد موجب کیفیت خدمات می‌شود و فرضیه دوم تأیید می‌شود.

آزمون فرضیه شماره سوم

فرضیه سوم: بین بین OCB و وفاداری مشتری رابطه مثبتی وجود دارد.

طراحی فرض H_0

رابطه معنی‌داری میان رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری در جامعه مورد نظر وجود ندارد.

$$H_0: \rho = 0$$

طراحی فرض H_1

رابطه معنی‌داری میان رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری در جامعه مورد نظر وجود دارد.

$$H_1: \rho \neq 0$$

الف) همبستگی پیرسون

جدول نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان رفتار شهروندی سازمانی وفاداری مشتری را نشان می‌دهد.

جدول ۵- نتایج آزمون همبستگی پیرسون میان رفتار شهروندی سازمانی وفاداری مشتری

Correlations
OCB & LOYALTY

Correlations

		LOYALTY	OCB
LOYALTY	Pearson Correlation	1	.083
	Sig. (2-tailed)	.	.414
	N	100	100
OCB	Pearson Correlation	.083	1
	Sig. (2-tailed)	.414	.
	N	100	100

با توجه به خروجی SPSS، ضریب همبستگی پیرسون برای این دو متغیر ۰/۰۸۳ می‌باشد. مقدار عدد معنی‌داری (sig) مشاهده شده برابر ۰/۴۱۴ می‌باشد که از ۰/۰۱ و ۰/۰۵ بزرگتر است. (sig > ۰/۰۱) بنابراین فرض وجود رابطه همبستگی معنی دار میان رفتار شهروندی سازمانی وفاداری مشتری رد می‌شود و این دو متغیر در سطح اطمینان ۹۹ درصد با هم رابطه همبستگی ندارند.

ب) مدل سازی معادلات ساختاری

با توجه به عدم وجود رابطه همبستگی معنی دار میان رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری دیگر نیازی به استفاده از آزمون مدل سازی معادلات ساختاری نیست و فرضیه سوم تحقیق خود به خود رد می‌شود. بنابراین فرض H_1 تأیید نشده و فرض H_0 مبنی بر عدم وجود رابطه پیشنهادشده در جامعه مورد نظر تأیید می‌شود.

آزمون فرضیه شماره چهارم

فرضیه چهارم: کیفیت خدمات در رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری به عنوان میانجی عمل می‌کند.

این فرضیه در صورتی آزمون پذیر می‌باشد، که بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری رابطه معنی داری موجود باشد. همان طور که در قسمت قبلی دیدیم، رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری با هم رابطه معنی داری نداشتند. بنابراین این فرضیه نیز خود به خود رد می‌شود و تأیید نمی‌شود.

بنابراین به دلیل عدم وجود رابطه معنی دار بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری، فرض وجود یک متغیر میانجی در این رابطه نیز رد می‌شود و لذا فرضیه چهارم رد می‌شود.

نتیجه‌گیری

بررسی یافته‌های پژوهش با توجه به آزمون همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری:

با توجه به فرضیات مطرح شده در تحقیق حاضر، به بررسی نتایج آن‌ها می‌پردازیم:

فرضیه اول: بین معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی رابطه مثبتی وجود دارد.

الف) مقدار همبستگی پیرسون برابر ۰/۶۵۳ است و این مقدار در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار است.

ب) آزمون فرضیه به روش مدل سازی معادلات ساختاری بیانگر وجود رابطه علی میان معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی می‌باشد. نتایج نشان می‌دهند در حدود ۸۶ درصد از تغییرات رفتار شهروندی سازمانی را می‌توان با معنویت در محیط کار تبیین کرد. بنابراین فرضیه اول تأیید می‌شود.

فرضیه دوم: بین رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات رابطه مثبتی وجود دارد.

الف) مقدار همبستگی پیرسون برابر ۰/۷۴۶ است و این مقدار در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار است.

ب) آزمون فرضیه به روش مدل سازی معادلات ساختاری بیانگر وجود رابطه علی میان رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات می‌باشد. نتایج نشان می‌دهند در حدود ۵۵ درصد از تغییرات کیفیت خدمات را می‌توان با رفتار شهروندی سازمانی تبیین کرد. بنابراین فرضیه دوم تأیید می‌شود.

فرضیه سوم: بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری رابطه مثبتی وجود دارد.

الف) مقدار همبستگی پیرسون برابر ۰/۰۸۳ است ولی این مقدار در سطح اطمینان ۹۹ درصد معنادار نمی‌باشد.

ب) با توجه به نبود رابطه همبستگی میان دو متغیر فرضیه سوم رد می‌شود و آزمون رابطه به روش مدل سازی معادلات ساختاری منتفی می‌باشد و بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری رابطه معناداری وجود ندارد.

فرضیه چهارم: کیفیت خدمات در رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری به عنوان میانجی عمل می‌کند.

آزمون پذیری این فرضیه منوط به پذیرش فرضیه سوم می‌باشد؛ لذا به دلیل عدم وجود رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری، خود به خود این فرضیه نیز رد می‌گردد.

بحث

الف) همان طور که انتظار داشتیم، میان معنویت در محیط کار و رفتار شهروندی سازمانی رابطه مثبتی وجود داشت. چنین رابطه‌ای منطقی است. وجود این رابطه را می‌توان این گونه تبیین کرد:

ما معنویت در محیط کار را با سه بعد کار معنا دار، احساس همبستگی با دیگران و همسویی با ارزش‌های سازمان مفهوم سازی کردیم. کارکنانی که در کار شان احساس معنا و مفهوم عمیقی دارند، نسبت به در ست انجام شدن کار شان اهمیت زیادی قائل هستند. احتمالا چنین کارکنانی دارای وجدان کاری زیادی خواهند بود و به صورت خودجوش و خودکنترل عمل می‌کنند و برای مثال حتی وقتی کسی بر آن‌ها نظارت نمی‌کند، قوانین را رعایت می‌کنند. چنین کارکنانی برای انجام بهتر کار شان سعی می‌کنند و همواره، اطلاعات، دانش و مهارت‌های خود را به روز نگه می‌دارند. این کارکنان با توجه به مفهوم عمیقی که در کارشان حس می‌کنند، شرایط دشوار را تحمل می‌کنند و همچنین برای بهتر انجام شدن کارها به همکاران خود از جمله کارکنان کم مهارت کمک می‌کنند.

طبیعی است کارکنانی که باور دارند انسان‌ها در پیوند با یکدیگر هستند و در محیط کار نیز احساس همبستگی عمیقی با همکاران خود دارند، نسبت به همکارانشان و کار آن‌ها ملاحظه و اهمیت بیشتری قائل هستند. چنین کارکنانی به دیگر اعضا کمک می‌کنند تا وظایف خود را بهتر انجام دهند. برای مثال یک کارمند ممکن است به همکار خود که غیبت داشته و یا حجم کارش نسبتا زیاد است، کمک کند. این کارکنان به دلیل دوست داشتن محیط کار خود، احتمالا از انجام اقداماتی که در حدود وظایف‌شان قرار نمی‌گیرد ولی به بهبود تصویر سازمان و همکاران‌شان کمک می‌کند، نیز دریغ نمی‌کنند. چنین کارکنانی که مدیران و زیردستان را در پیوند با خود می‌دانند، وجدان کاری بیشتری خواهند داشت و مشکلات کوچک را بزرگ‌نمایی نمی‌کنند و به جای تمرکز بر اشتباهات سازمان و دیگران، به نکات مثبت کار توجه می‌کنند تا هم فضای سازمان را دوستانه‌تر نمایند و هم عملکرد را بهبود بخشند.

کارکنانی که ارزش‌ها و اهداف خود را همسو با ارزش‌ها و مأموریت سازمان می‌بینند، باور دارند که سازمان از آن‌ها مراقبت می‌کند و نسبت به مسائل آن‌ها حساس است، محیط و جو سازمان را مثبت درک می‌کنند و نسبت به بهتر انجام شدن کارها و بهبود تصویر سازمان حساس هستند. چنین کارکنانی علاقه زیادی به مشارکت و قبول مسئولیت در زندگی سازمانی دارند. این کارکنان با کمک مشتاقانه به دیگران، به ویژه آنان که مشکلاتی مرتبط با کار دارند، سبب می‌شوند عملکرد کلی سازمان بهبود یابد. احتمالا این کارکنان در صورت لزوم قادرند بیش از حد مرسوم کار کنند، دارای وجدان کاری زیاد هستند، کمتر از شرایط سخت کاری شکایت می‌کنند و مبادرت به انجام اقداماتی می‌نمایند که تصویر سازمان را در اجتماع بهبود بخشند علت چنین فعالیت‌هایی این است که این کارکنان سازمان را پشتیبان خود می‌دانند و در واقع خود را از سازمان جدا نمی‌دانند.

از مجموع موارد بحث شده می‌توان نتیجه گرفت که کارکنانی معنویت در محیط کار را تجربه می‌کنند، برای انجام رفتارهای فراتر از وظیفه (رفتار شهروندی سازمانی)، مستعدتر و متمایل تر می‌باشند.

ب) همان طور که انتظار داشتیم، میان رفتار شهروندی سازمانی و کیفیت خدمات نیز رابطه مثبتی وجود داشت. چنین رابطه‌ای منطقی است. وجود این رابطه را می‌توان این گونه تبیین کرد:

رفتار شهروندی سازمانی مستقیما بر رابطه بین کارکنان و مشتریان اثرات مثبتی دارد و ادراکات مشتریان از کیفیت خدمات را بهبود می بخشد. کارکنانی که رفتارهای رفتار شهروندی سازمانی نشان می‌دهند، قادر به بهبود کیفیت خدمات هستند، چرا که آن‌ها تلاش می‌کنند تا به بهترین نحو به دیگران و از جمله مشتریان کمک کنند.

تئوری اجتماعی شدن نیز به فهم این رابطه کمک می‌کند. بر اساس تحقیقات اجتماعی شدن، کارکنانی که یکی از رفتارهای کمک کننده مثل رفتار شهروندی سازمانی را انجام می‌دهند، احتمال بیشتری دارد که دیگر انواع رفتارهای کمک کننده مثل رفتارهای مشتری گرایانه را انجام دهند. برای مثال کارکنان با وجدان احتمال بیشتری دارد که برای حل مشکلات مشتریان تلاش کنند.

دلیل دیگر، اثرگذاری رفتار شهروندی سازمانی بر جنبه درونی سازمانی است، که به طور غیر مستقیم موجب بهبود کیفیت خدمات می‌شود. رفتار شهروندی سازمانی بهره وری کارکنان و گروه‌های کاری را افزایش می‌دهد، کار تیمی را تشویق می‌کند، ارتباطات، همکاری و کمک کارکنان به یکدیگر را افزایش می‌دهد، نرخ اشتباهات را کاهش می‌دهد و مشارکت و درگیر شدن کارکنان در سازمان را ارتقا می‌دهد. کارکنانی که محیط کاری را مثبت درک کنند، احتمال مشتری گرایی آن‌ها بیشتر می‌شود. بنابراین رفتار شهروندی سازمانی با اثرگذاری بر عوامل درونی سازمان از قبیل جو خدمات، محیط کاری و حفظ کارکنان نیز موجب کیفیت عالی در خدماتی می‌شود که کارکنان به مشتریان ارائه می‌کنند.

از مجموع موارد بحث شده می‌توان نتیجه گرفت که در صورتی که محیط داخلی سازمانی برانگیزاننده رفتارهای فراتر از وظیفه و شهروندی سازمانی توسط کارکنان باشد، کیفیت خدمات ارایه شده توسط آن‌ها افزایش می‌یابد.

البته محقق عقیده دارد که احتمالا در این رابطه تعدادی متغیر میانجی و مداخله گر نیز اثرگذار هستند که تحقیقات آینده باید آن‌ها را شناسایی کند.

ج) ارتباط میان رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری بر خلاف آنچه که ما انتظار داشتیم، به دست نیامد. دلایل آن را می‌توان به صورت زیر بیان کرد:

رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری دو نوع متغیر متفاوت می‌باشند. چراکه اولی درون سازمانی است و توسط کارکنان یا سرپرستان آن‌ها ارزیابی می‌شود ولی دومی برون سازمانی است و توسط مشتریان ارزیابی می‌شود. این امر سبب می‌شود همبستگی این دو متغیر تحت تاثیر عوامل مختلفی قرار گیرد. محقق عقیده دارد متغیرهای زیادی به عنوان متغیرهای میانجی، کنترل و مداخله گر در این زمینه اثرگذار هستند.

مهم‌ترین متغیری که محقق تصور می‌کند در این تحقیق می بایست اثرش کنترل شود، نوع سازمان و محیط اختصاصی اش می‌باشد. در این تحقیق جامعه مورد نظر بیمار ستان‌های شهر ستان فسا می‌باشد. که سازمانی دولتی و دارای محیطی ثابت است. این بیمار ستان‌ها به لحاظ خدماتی که ارائه می‌دهد، تقریبا دارای هیچ رقیب جدی در کشور نیست و بنابراین مشتریان نیز دارای انتخاب‌های متعدد نخواهند بود. بنابراین مهم‌ترین چالش بیمار ستان‌ها در این باره احتمالا ترغیب مشتریان به ادامه استفاده از خدمات بیمار ستان می‌باشد، نه این که از خدمات آن‌ها به

جای خدمات بیمار ستان‌های رقیب ا ستفاده کنند. در حالی که وفادار کردن مشتریان عمدتا در مورد صنایع خدماتی خصوصی که دارای رقبای متعددی هستند، معنی می‌یابد.

برای مثال ما در کشورمان دارای تعداد زیادی بانک نیمه دولتی و خصوصی هستیم که به شدت برای جذب مشتری با یکدیگر رقابت می‌کنند و بنابراین حفظ و وفادارکردن م شتری برای آن‌ها اهمیت زیادی دارد. در این حالت وقتی م شتری از خدمات یک بانک را ضی نبا شد به سادگی می‌تواند حساب خود را به بانک رقیب منتقل کند. ولی در مورد بیمارستان‌ها در شهرستان فسا قضیه متفاوت است. یک مشتری را فرض کنید که می‌خواهد از خدمات درمانی استفاده کند و عضو هیچ سازمان دولتی نیست. در این صورت این مشتری تنها انتخابی که دارد استفاده و یا عدم ا ستفاده از خدمات بیمار ستان ا ست و او نمی‌تواند به سهولت به سازمان‌های رقیب مراجعه کند، چرا که چنین سازمان‌هایی وجود ندارد. بنابراین وفاداری مشتریان این سازمان را نمی‌توان مشابه سازمان‌های خصوصی یا نیمه دولتی دارای رقبای زیاد، به عواملی درون سازمانی همچون رفتار شهروندی نسبت داد.

البته محقق عقیده دارد اگر بتوان اثر نوع سازمان و محیط اخت صا صی اش به ویژه به لحاظ تعداد رقبا، را کنترل کنیم، آن گاه می‌توان رابطه مثبت میان متغیرهای درون سازمانی همچون رفتار شهروندی سازمانی و وفاداری مشتری را انتظار داشت.

نکته دیگری که مطرح می شود این ا ست که کیفیت خدمات نیز نوعی متغیر برون سازمانی ا ست. پس چرا میان این متغیر و متغیر درون سازمانی رفتار شهروندی سازمانی رابطه مثبتی به دست آمده است؟

محقق عقیده دارد این که سازمان دارای چه تعداد رقیب باشد (محیط بی ثبات یا با ثبات) بر کیفیت خدمات نسبت به وفاداری مشتری دارای تأثیر ضعیف تری می‌با شد و بنابراین نوع سازمان در این تحقیق کمتر سبب تفاوت تاثیر رفتار شهروندی سازمانی بر کیفیت خدمات در سازمان‌های دارای رقبای زیاد و کم می‌شود. به طور کلی وفاداری مشتری به ماندن یا نماندن مشتری بر می‌گردد و وقتی مشتری امکان بیش از یک انتخاب نداشته باشد، آنگاه ماندن یا نماندن او کمتر به عوامل درون سازمانی مربوط می‌باشد. ولی کیفیت خدمات ادراک شده به ارزیابی مشتری از نحوه ارائه خدمات کارکنان سازمان بر می‌گردد و بنابراین عوامل درون سازمانی همچون رفتارهای کارکنان (چه درون نقشی و چه فرانقشی) مستقیما بر ارزیابی مشتری از کیفیت خدمات اثرگذار است و این امر در سازمان‌های دولتی و خصوصی با هر نوع محیطی یکسان است.

محققان بازاریابی به این نتیجه ر سیده‌اند که کیفیت خدمات موجب وفاداری م شتری می شود (۳۰). بر همین ا ساس در این تحقیق ما یک فرضیه جانبی مطرح کردیم:

میان کیفیت خدمات و وفاداری مشتری ارتباط مثبت وجود دارد.

به دلیل معنادار نبودن رابطه همبستگی پیرسون بین این دو متغیر، این فرضیه جانبی رد شد. اما این امر سبب شد که به این نتیجه برسیم که احتمالا کیفیت خدمات در محیط‌های بی ثبات (دارای رقبای زیاد) خیلی بیشتر بر روی وفاداری مشتریان اثر گذار می‌باشد.

رد شدن فرضیه سوم را هم می‌توانیم با این امر توجیه کنیم: رفتار شهروندی سازمانی احتمالا از طریق کیفیت خدمات بر وفاداری مشتریان اثرگذار ا ست و بنابراین در این تحقیق چون کیفیت خدمات رابطه ای با وفاداری م شتری ندا شته ا ست، رفتار شهروندی سازمانی نیز رابطه ای نخواهد داشت.

لازم به ذکر است که موارد گفته شده استدلال‌های محقق است و ضرورت دارد تا به صورت تجربی آزمون شوند.

References

1. Ashmos, D.P, Duchon D. Spirituality at work: a conceptualization and measure. Journal of Management Inquiry.2000; 9(2): 134-145.
2. Barnard C.I. The functions of the executive. Cambridge, MA: Harvard University Press.1938.
3. Bateman T.S, Organ D.W. Job satisfaction and the good soldier: The relationship between affect and employee citizenship. Academy of Management Journal. 1983;26: 587–595.
4. Bienstock C.C, DeMoranville C.W, Smith R.K. Organizational citizenship behavior and service quality. Journal of Services Marketing. 2003;17(4): 357 – 378.

5. Burack, E. (1999). Spirituality in the workplace. Journal of Organizational Change Management.1999; 12(4): 280-291.
6. Castro C.B, Armario E.M, Ruiz D.M. The influence of employee organizational citizenship behavior on customer loyalty. International Journal Of Service Industry Management. 2004;15(1): 27.
7. Conlin M. Religion in the workplace: the growing presence of spirituality in corporate America. Business Week. 1999, P:150.
8. Delbecq L.A. Christian spirituality and contemporary business leadership. Journal of Organizational Change Management. 1999;12(4):345-349.
9. Freshman B. An exploratory analysis of definitions and applications of Spirituality in the workplace. Journal of Organizational Change Management. 1999;12(4):318-327.
10. Gunther M. God and business. Fortune. 2001:144(1): 58-80.
11. Huff L, Kelly LIs collectivism a liability? The impact of culture on organizational trust and customer orientation: a seven-nation study", Journal of business research. 2005; 58:96.
12. Hui C, Law K.S, Chen Z.X. A structural equation model of the effects of negative affectivity, leader-member exchange, and perceived job mobility on in-role and extra-role performance: A Chinese case. Organizational Behavior and Human Decision Processes. 1999;77: 3–21.
13. Katz D, Kahn R.L. The social psychology of organizations. New York: Wiley. 1978.
14. Kinjerski V.M, Skrypnek B.J. Defining spirit at work: finding common ground. Journal of Organizational Change Management. 2004; 17(1): 26-42.
15. Milliman J, Czaplewski A.J, Ferguson J. Workplace spirituality and employee work attitudes, An exploratory empirical assessment. Journal of Organizational Change Management. 2003;16(4):426-447.
16. Mitroff I, Denton E. A Spiritual Audit of Corporate America: A Hard Look at Spirituality, Religion, and Values in the Workplace. Jossey-Bass, San Francisco, CA. 1999.
17. Netemeyer R.G, Boles J.S, Mckee D.O, McMurrian R. An investigation into the antecedents of organizational citizenships behaviors in a personal selling context. Journal of Marketing. 1997; 61:85-98.
18. Organ D.W. Organizational citizenship behavior: The good soldier syndrome. Lexington, MA: Lexington Books. 1988.
19. Parasuraman A, Zeithaml V.A, Berry L.L. SERVQUAL: a multiple-item scale for measuring consumer perceptions of service quality. Journal of Retailing. 1988; 64(1): 12–40.
20. Podsakoff P.M, MacKenzie S.B, Paine J.B, Bachrach D.G. Organizational citizenship behaviors: A critical review of the theoretical and empirical literature and suggestions for future research. Journal of Management. 2000;26(3): 513–563.
21. Podsakoff PM, MacKenzie S.B, Moorman R.H, Fetter R. Transformational leader behaviors and their effects on followers' trust in leader, satisfaction, and organizational citizenship behavior. Leadership Quarterly. 1990; 1:107-42.
22. Podsakoff P.M, Mackenzie S.B. Organizational citizenship behavior and sales unit effectiveness. Journal of Marketing Research. 1994;31(3):351.
23. Podsakoff P.M, Mackenzie S.B, Beth Pain J, Bachrach D.G. Organizational citizenship behaviors: a critical review of the theoretical and empirical literature and suggestions for future research", Journal of Management. 2000;26(3):513.
24. Shellenbarger S. More relaxed boomers, fewer workplace frills and other job trends. Wall Street Journal. 2000; P: B-1.
25. Wanger-Marsh F, Conley J. The fourth wave: the spirituality-based firm. Journal of Organizational Change Management. 1999;12(4):292-301.
26. Williams L.J, Anderson S.E. Job satisfaction and organizational commitment as predictors of organizational citizenship and in-role behaviors. Journal of Management. 1991; 17:601–617.
27. Williams S, Shiaw W.T. Mood and organizational citizenship behavior: the effects of positive affect on employee organizational citizenship behavior intentions. Journal of Psychology. 1999;133(6):656.
28. Wong A, Sohal A. Service quality and customer loyalty perspectives on two levels of retail relationships. Journal of Service Marketing. 2003; 17(5): 495-513.
29. Yoon M, Suh J. Organizational citizenship behaviors and service quality as external ffectiveness of contact employees. Journal Of Business Research. 2003; 56:597.
30. Zeithaml V, Berry L, Parasuraman A. The behavioral consequences of service quality. Journal of Marketing. 1996;60(2): 31-46.
31. Zeithaml V.A. Consumers' perceptions of price, quality, and value: a means-end model and synthesis of evidence. Journal of Marketing. 1988;52: 2-22.

قرآن و سبک زندگی اسلامی در خانواده

علی طهماسبی*

دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

چکیده

خانواده مهمترین نهاد اجتماعی است که بیشترین تاثیرگذاری را در شئونات مختلف زندگی بشری دارد، بدین جهت است که خانواده محبوبترین ساختار در نزد خداوند است(محدث نوری، مستدرک الوسائل،ج ۱۴،ص ۱۵۳) . جامعه ای که برخوردار از خانواده های سالم باشد،جامعه ای پویا، سرزنده و پرنشاط خواهد بود. استحکام هرچه بیشتر این نهاد اساسی مستلزم اصلاح سبک زندگی است. قرآن کریم غایت ازدواج را ایجاد آرامش، مودّت و دوستی و مهربانی در زن و مرد می داند(قرآن، روم،۲۱). در این مقاله تلاش شده است ضمن بیان ضرورت برگشت خانواده ها به تعالیم قرآن کریم و الگوی خانواده ی اسلامی، نقش سبک زندگی اسلامی در تأمین سلامت روحی و روانی خانواده مورد بحث و بررسی قرار گیرد.

کلمات کلیدی: قرآن، خانواده، سبک زندگی، اسلام، آرامش.

***نویسنده مسئول: علی طهماسبی**، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. Email: ali.thm7770@yahoo.com

مقدمه

خانواده سنگ اوّلِ بنای اجتماع است که در اکثر جوامع مورد توجه می باشد و کارکرد اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و تربیتی خانواده ها در جوامع بشری، مورد تسالم همه ی جامعه شناسان است به طوری که همه معتقدند سعادت و شقاوت جوامع، ارتباط مستقیم با خانواده ها دارد. در میان همه ی جوامع و فرهنگ ها، مکتب حیات بخش اسلام اهمیت و ارزش فراوانی برای نهاد خانواده قائل است. اسلام خانواده را کانون اخلاقی جامعه می داند و معتقد است نوع تربیت و ارتباطات حاکم بر خانواده ها، به وجود آورنده ی تربیت و ارتباطات بین افراد جامعه است.

از نگاه اسلام، ازدواج یکی از موهبت های بزرگ الهی به فرزندان آدم است که در سایه ی آن، زن و مرد احساس آرامش می کنند آفرینش انسان ها به گونه ای است که هر یک از زوجین، برای ادامه ی زندگی، احساس نیاز به یکدیگر داشته و همدیگر را تکیه گاه خویش می دانند. به قول مولوی:

زیّن للنّاس حق آراسته است — ز آنچه حق آراست چون دانند جست
چون پیِ یسکن الیهاش آفرید — کی تواند آدم از حوّا برید
رستم زال ار بود و ز حمزه بیش — هست در فرمان، اسیر زالِ خویش
آن که عالم مستِ گفتش آمدی — کلّمینی یا حمیرا می زدی.

(مثنوی مولوی)

بدین جهت است که اسلام عزیز با چشم تقدس به پیوند الهی ازدواج نگریسته و ارزش والایی برای آن قائل است، چنانچه از پیامبر اکرم(ص) روایت شده است که فرمود: «درهای رحمت آسمان در چهار مورد گشوده می شود: ۱. هنگام نزول باران۲. هنگام نگریستن فرزند به چهره ی پدر و مادر ۳. هنگام گشوده شدن درِ کعبه ۴. هنگام ازدواج و تشکیل خانواده(مجلسی،محمدباقر،بحارالانوار ج۱۰۳، ص۲۲۱) ، همچنین فرمود: هیچ ساختار و تشکیلاتی در اسلام پیش خداوند، دوست داشتنی تر از ازدواج و تشکیل خانواده نیست، و هر کس که می خواهد خداوند را پاک و پاکیزه ملاقات کند باید با همسر، خدا را ملاقات نماید. (محدث نوری،مستدرک الوسائل،۱۵۳/۱۴)

و نیز فرمود: «بهترین افراد امّت من، مردان همسردار، و زنان شوهردار هستند، و بدترین افراد امّت من، مردان بی همسر و زنان بی شوهرند» (همان، ص ۱۵۶).

اگر لازم باشد که انسان برای رسیدن به کمال، از یک نردبان چند پله ای صعود کند، یقینا اوّلین پله ی این نردبان، تشکیل خانواده است. در محیط خانواده ای که بر اساس معیار ها ی اسلامی تشکیل شده باشد، آرامش و آسایشِ جسم و جانِ انسان تامین می گردد، و در سایه ی صفا و صمیمیت و همفکری و همدردی و هماهنگی آن، زنگارهای پریشانی و خستگی های عصبی و جسمی زدوده می شود(بهشتی،احمد،ضرورت تشکیل خانواده). از نگاه اسلام، خانواده ها باید کانون عشق و مودّت و یکرنگی باشند، زن و شوهر که هسته ی اصلی کانون خانواده می باشند، باید نسبت به هم عاشقان دلداده ای باشند که عشق تمام وجودشان را به همدیگر پیوند داده و آن ها را در اعماق جان و دل، متحد ساخته باشد، و مجنون وار بگویند:

من کیم لیلی و لیلی کیست من　　هر دو یک روحیم اندر دو بدن

چنین جاذبه ی عمیقی است که نه تنها زن و شوهر را در فراز و نشیب زندگی و حوادث و مصائب آن، از خطر طلاق و جدایی،حفظ میکند، بلکه همواره بر استحکام رشته ی وحدت آن ها می افزاید، و اگر روزی به مقتضای سنت غیر قابل تغییر آفرینش، دست اجل میان جسم آن ها جدایی افکند، باز پیوند روحی آن ها استوار می ماند و در نتیجه، مسئولیت های مشترک را دیگری یک تنه بر عهده می گیرد، و اینجا است که فرزندان از یتیمی، چندان لطمه ای نمی بینند و از رشد و تعلیم و تربیت مطلوب برخوردار می گردند. در احوالات مرحوم سید رضی از علماء و ادبای بزرگ اسلام و مولف نهج البلاغه(مجموعه خطبه ها، نامه ها و کلمات قصار امیرالمومنین علیه السلام) آمده است که ایشان در سنین کودکی یتیم شد، امّا مادر پرهیزگار ومتدینه اش آن چنان او و برادرش سید مرتضی را در دامن پرمهر و محبّتش پرورش داد که هر دوی آن ها سرآمد دانشمندان عصر خویش شدند. او خود در رثای مادرش قصیده ای سروده است که با این مصرع شروع می شود: «ابکیک لو نقع الغلیل بکائی»، در یکی از ابیات این قصیده آمده است:

لو کان مثلک کلّ امّ برّة　　غنی البنون بها عن الآباء.

«اگر همه ی مادران همانند تو به این زیبایی فرزند داری می کردند، پسران از داشتن پدر بی نیاز می گشتند». (دیوان الشریف الرضی ۲۹/۱)

مرد مسلمان باید نسبت به خانه و خانواده اش آن چنان دلبسته و وابسته باشد که هیچ مکانی نتواند جای خانه اش را بگیرد و هیچ کسی نتواند جای خالی خانواده اش را پر کند.

ابوالفرج اصفهانی در کتاب الأغانی، ج ۱۶ ص۱۴۷ از سکینه دختر امام حسین علیه السلام مظهر عشق و ایثار نقل می کند که: پدرم در جواب عمویم که او را به خاطر علاقه ی شدید به مادرم مورد عتاب قرار داده بود،گفت:

لعمرک إنّنی لأُحبّ داراً　　تکون بها سکینة و الربابُ
أُحبّهما و أبذل جُلّ مالی　　و لیس لعاتب عندی عتابُ

یعنی: به جانت سوگند که من خانه ای را که در آن دخترم سکینه و همسرم رباب باشند دوست می دارم، به آن دو عشق می ورزم و همه ی مالم را نثار آنها می کنم، و در این کار، کسی حق ندارد مرا مورد عتاب و سرزنش قرار دهد.

اسلام می گوید: مردی که اقدام به ازدواج و تشکیل خانواده می کند باید بداند زن، امانتی است الهی در دست او، امانتی که نه تنها مانند جواهر و زیور آلات مادی از دیدنش لذّت می برد، بلکه عنصری است با عاطفه و مهربان که در غربت و تنهایی، انیس و همدم با صفای او است. آری زن در تمام دوران عمر، تعدیل کننده ی غریزه ی جنسی سرکش و طغیانگر مرد، کشتزار پربرکت نسل و خاندان او،

نگهدارنده و تربیت کنند ی میوه ی درخت وجود و پاره ی تن او، طبّاخ و آشپز غذاهای لذیذ و رنگارنگ او، و در یک کلام: زینت بخش و آرامش دهنده ی زندگی او است.(طهماسبی،علی،آرامش در سایه ی ازدواج ص ۱۰۸)

همچنین زن نیز باید بداند وقتی که او را به خانه ی شوهر می آورند مسؤولیت سنگینی بر دوش او نهاده می شود، مسؤولیتی که انجام صحیح آن، همانند جهاد در راه خدا است. او دیگر آن دختر ناز پرورده و آرمیده در دامان پدر و مادر نیست، بلکه فصل جدیدی در زندگی وی گشوده شده است که جز با فداکاری، ایثار، از خودگذشتگی، صبر و پایداری و نیکو شوهرداری به سرانجام مطلوب نخواهد رسید. او باید بداند وقتی در پیشگاه الهی عزیز و بزرگ می شود که در مقابل شوهر، متواضع و فروتن گردد، وقتی عبادت و اظهار بندگی اش پذیرفته می شود که نافرمانی شوهر نکند، وقتی بهشت زیر پایش قرار می گیرد که کفران نعمت وجود شوهر نکند، وقتی در ردیف زنان شایسته قرار می گیرد که با زبانش، شوهرآزاری نکند، وقتی کاگزار الهی در روی زمین می شود که توقّعات بیجا را کنار گذاشته، یار و غمخوار شوهر گردد. به قول پروین اعتصامی:

وظیفه ی زن و مرد ای حکیم دانی چیست؟ یکی است کشتی و آن دیگری است کشتی بان
چو ناخدا ست خردمند و کشتی اش محکم دگر چه باک ز امواج و ورطه ی طوفان
به روز حادثه اندر یم حوادث دهر امید سعی و عمل ها ست از این و هم از آن.

اسلام می گوید: دختر و پسری که با عقد ازدواج، همسر یکدیگر می شوند، تا پایان زندگی خود، باید فکری جز سازگاری با همدیگر، و تأمین سعادت و جلب رضایت یکدیگر نداشته باشند، چشمشان نبیند مگر این هدف را، گوششان نشنود مگر این سخن را، زبانشان نچرخد مگر برای بیان این مطلب، فکرشان کار نکند مگر در این مسیر، دست و پایشان حرکت نکند مگر در این راه، و چه خوش گفته است مصلح الدین سعدی شیرازی:

کرا خانه آباد و همخوابه دوست خدا را به رحمت نظر سوی او ست
کسی برگفت از جهان کام دل که یکدل بود با وی آرام دل
همه روز اگر غم خوری غم مدار چو شب غمگسارت بود در کنار.

امّا امروز، داستان خانواده، داستان غمباری است، در هیچ عصر و دورانی بشریت تا این اندازه در مساله ی خانواده، دچار انحطاط و سقوط نشده بود. در دنیای امروز عده ای هوسباز به اسم دفاع از حقوق زنان، تلاش کرده اند تا زن این مجسمه ی محبّت و عاطفه را از کانون گرم خانواده بیرون بکشند و به عنوان ابزار تامین تمایلات نفسانی خویش آنها را به کار بگیرند، و بدین طریق، بنیان ارزشمند خانواده را فرو بریزند. خانم فریبورگ رئیس جمهور سابق لتونی می گوید: نظام خانواده در اسلام، برتر از غرب است، و ارزش و اعتبار خانواده را باید از مسلمانان آموخت. وی با زیر سؤال بردن نظام خانوادگی غربی گفته است: ارزش های اعتقادی مسلمانان درباره ی خانواده، وظایف همسران در برابر یکدیگر و احترام به والدین، از جمله برتری های خانواده در اسلام است که متاسفانه اینها در فرهنگ غربی جایگاهی ندارند. وی تصریح کرد: در جوامع اسلامی شاهد رشد جمعیت و تحکیم ارزش های اعتقادی مسلمانان هستیم که از خانواده آغاز می شود، امّا در غرب به جز از گسترش بی بند و باری اخلاقی و سقوط ارزش های اعتقادی در جوامع مسیحی هیچ پیشرفتی نمی بینیم، چرا که برای نسل جوان غربی، خانواده دیگر جایگاهی ندارد.(برگرفته از سایت اسلام کوئیست)

امروز در بسیاری از کشورهای غربی چیزی به نام خانواده وجود ندارد، یا اگر هست، از نابسامانی های فراوانی رنج می برد، روابطشان سست و متزلزل است، و از صفا و صمیمیت و در نتیجه، آرامش و سکون واقعی خبری نیست، دچار طلاق عاطفی اند یعنی زن و شوهر به ظاهر در کنار یکدیگرند ولی در واقع همانند دو بیگانه در زیر یک سقف زندگی می کنند، فرزندان در چنین خانواده ای، مهر و عطوفت لازم را از پدر و مادر دریافت نمی کنند، لذا اغلب آن ها زود رنج و بی عاطفه اند، از تربیت صحیح برخوردار نیستند، لذا بزهکاری در میان آن ها رو به افزایش است، آمار طلاق در چنین خانواده هایی سرسام آور است، و به اندک بهانه ای رشته ی پیوند خانوادگی گسسته

می شود. روح غیرت و ناموس پرستی در آن ها مرده است و نسبت به ارتباط نامشروع همسرشان با افراد بیگانه حساسیت از خود نشان نمی دهند، و بالاخره در راستای تخریب بنیان خانواده در جوامع غربی،کار به جایی رسیده است که تعدادی از این کشورها، همجنس بازی را به عنوان یک عمل قانونی در جامعه ی خود نهادینه نموده اند و با این اقدام زشت و شنیع، تیر خلاص را به طرف خانواده ی غربی شلیک کرده اند.

متاسفانه بسیاری از کشورهای شرقی نیز که از بنیان خانواده ی قوی و محکمی برخوردار بوده اند کورکورانه از فرهنگ مبتذل غرب پیروی کرده و خود را در معرض انحطاط و سقوط قرار داده اند، و تاسف بارتر اینکه غالب کشورهای مسلمان با وجود برخورداری از سبک اصیل زندگی اسلامی مخصوصا در زمینه ی ارتباطات خانوادگی، مجذوب فرهنگ سست و بی اساس غرب شده، و با تأثیر پذیری از سبک زندگی غربی، شئونات مختلف زندگی آن ها دستخوش تغییر ودگرگونی شده، و از سبک زندگی اسلامی فاصله گرفته اند.

مقام معظم رهبری،حضرت آیت الله امام خامنه ای (مدّ ظلّه العالی) در دیدار با جوانان استان خراسان شمالی در تاریخ ۱۳۹۱/۰۷/۲۳ ضمن بیان این نکته که تمدن نوین اسلامی دارای دو بخش است: بخش ابزاری و بخش اساسی و حقیقی، فرمود: «اما بخش حقیقی،آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می دهد که همان سبک زندگی است، مثل: مساله ی خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات،... رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزند و ...»(پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری،آرشیو بیانات) در ادامه معظم له ضمن اذعان به ضعف ما در این بخش، به طرح سؤالاتی در این خصوص پرداختند و فرمودند: «چرا فرهنگ کار جمعی در جامعه ی ما ضعیف است؟ ... چرا در برخی از بخش های کشورمان طلاق زیاد است؟ چرا در برخی از بخش های کشورمان روی آوردن جوان ها به مواد مخدر زیاد است؟ چرا در روابط همسایگی مان رعایت های لازم را نمی کنیم؟ چرا صله ی رحم در بین ما ضعیف است؟ ... آپارتمان نشینی چقدر برای ما ضروری است؟ چقدر درست است؟ چه الزاماتی دارد که باید آن ها را رعایت کرد؟ چقدر آن الزامات را رعایت می کنیم؟ الگوی تفریح سالم چیست؟ نوع معماری در جامعه ی ما چگونه است؟ ... چقدر نوع معماری کنونی ما متناسب با نیازهای ماست؟ چقدر عقلانی و منطقی است؟ طراحی لباسمان چطور؟ مسأله ی آرایش در بین مردان و زنان چطور؟ چقدر درست است؟ چقدر مفید است؟... چه کنیم که حق همسر، حق زن، حق شوهر، و حق فرزندان رعایت شود؟ چه کنیم که طلاق و فروپاشی خانواده آنچنان که در غرب رایج است در بین ما رواج پیدا نکند؟ چه کنیم که زن در جامعه ی ما هم کرامتش حفظ شود، عزت خانوادگی اش محفوظ بماند، و هم بتواند وظیفه ی اجتماعی اش را انجام بدهد؟ ... حدّ زاد و ولد در جامعه ی ما چیست؟... چرا در بعضی از شهرهای بزرگ، خانه های مجردی وجود دارد؟ این بیماری غربی چگونه در جامعه ی ما نفوذ کرده است؟ تجمّل گرایی چیست؟ بد است یا خوب است؟ و ... ده ها مسئله از این قبیل وجود داد»(همان)

مقام معظم رهبری بعد از طرح این سوال ها فرمودند: «نمی شود یک تمدن را به صرف اینکه ماشین دارد، صنعت دارد، ثروت دارد، قضاوت کرد و تحسین کرد؛ در حالی که در داخل آن، این مشکلات فراوان، سراسر جامعه و زندگی مردم را فراگرفته است. اصل این ها است، و آن ها ابزاری است برای اینکه این بخش تامین شود...»(همان)

به نظر می رسد در جوامع اسلامی،سبک زندگی اسلامی در میان خانواده های مسلمان کم فروغ شده است، و با کمال تأسف برجستگی هایی از سبک زندگی غربی در آنها مشاهده می شود. و این خطر بزرگی است که نهاد خانواده را در جوامع اسلامی تهدید می کند که اگر مسلمانان از خواب غفلت بیدار نشوند و به دستورات و برنامه های دین و قرآن برگشت نکنند و سبک زندگی خانوادگی خود را منطبق با آموزه های دین مبین اسلام نکنند، بزودی باید همانند کشورهای غربی شاهد تزلزل و در نهایت فروپاشی کانون گرم خانواده ها در بین مسلمانان باشیم. در این نوشتار سعی شده است شاخصه های سبک زندگی اسلامی در محیط خانه و خانواده تبیین گردد تا اعضای خانواده های مسلمان با به کار بستن این شاخصه ها ضمن مقابله با هجمه ی فرهنگ منحط غربی، روز به روز بر استحکام و اعتلای نهاد با ارزش خانواده بیفزایند.

در موضوع خانواده، برای به دست آوردن سبک زندگی اسلامی، باید ارتباطات درون خانواده ای و برون خانواده ای مورد بررسی قرار گیرد، اعضای خانواده نسبت به همدیگر چه ارتباطاتی باید داشته باشند؟ زن وشوهر نسبت به همدیگر، پدر و مادر نسبت به فرزندان،

فرزندان نسبت به پدر ومادر، و فرزندان نسبت به یکدیگر چگونه باید ارتباط داشته باشند؟ و در ارتباطات برون خانواده ای، ارتباط اعضای خانواده با سایر فامیل، با همسایه ها، با دوستان، و با سایر افراد جامعه چگونه باید باشد؟ پرداختن به همه ی جوانب این بحث، مجالی واسع می طلبد که در حوصله ی این نوشتار نیست،

گر نویسم شرح آن بی حد شود مثنوی هفتاد من کاغذ شود.

لکن با توجه به اینکه زن وشوهر هسته ی اولیه ی خانواده را تشکیل می دهند و نوع ارتباط آنها، شکل دهنده ی ارتباطات سایر اعضای خانواده است، در ادامه ی این نوشتار به تبیین ارتباطات زن وشوهر خواهیم پرداخت و بیان خواهیم کرد که اسلام عزیز چه سبکی از زندگی را برای زن و مرد مسلمان در محیط خانه و خانواده می پسندد. قرآن کریم زوجیت زن و مرد را از آیات الهی دانسته و فلسفه ی ازدواج و تشکیل خانواده را ایجاد آرامش برای آن ها می داند(سوره ی مبارکه روم،آیه ۲۱)، برای تأمین این غرض و تحقق سبک زندگی اسلامی در یک خانواده ی مسلمان، زن و شوهر باید به توصیه های دین در این خصوص عمل کنند، این توصیه ها در سه بخش ارائه شده است:

الف) توصیه های مشترک

۱- صدق و صفا

صداقت و راستگویی، نشانه ی ایمان، آرامش انسان، شیوه ی نیکان، امانت زبان، برترین بنیان و زیباترین ترجمان است. (امام علی علیه السلام، غرر الحکم و درر الحکم) و بی صداقتی، نشانه ی بی ایمانی، نمایانگر پستی، شیوه ی بدان، خیانت به زبان، بدترین بنیان و زشت ترین ترجمان است.(همان)

در خانواده ای آرامش حاکم است که صداقت و یکرنگی در آن برقرار باشد و با بی صداقتی و دو رنگی بیگانه باشند. زن و شوهر باید بدانند خدعه و نیرنگ از نظر اجتماعی و اخلاقی، زشت و ناپسند، و از نظر شرعی، معصیت و گناه است. دو رنگی دلیل بر پستی و رذالت، و نداشتن شهامت و شجاعت است. (طهماسبی،علی،آرامش در سایه ی ازدواج،ص ۲۲۲)

۲- عشق و محبّت

خداوند مهربانِ پیوند دهنده ی دلها با همان لفظ «انکحت» و «قبلتُ» چاشنی اصلی محبّت و عشق را در دل عروس و داماد قرار می دهد. (قران کریم،روم،۲۱) و آن ها موظفند این محبّت شدید و عشق پاک و بی آلایش را روز به روز تقویت کنند، و بدین ترتیب، شکرگزار این نعمت بزرگ الهی باشند. زن و مرد باید بدانند مشکلات رنگارنگ زندگی جز با عشق و عطوفت قابل حل نیست. نکته ی مهم این است که این عشق و محبّت باید ابراز گردد. (کافی ۵۶۹/۵)

۳- گذشت و اغماض

گذشت و چشم پوشی از خطای دیگران باعث عزّت انسان در دنیا و آخرت، و موجب بخشش و غفران الهی می شود (قرآن کریم،نور/۲۲)، زن و شوهر باید بدانند که بیش از دیگران باید اهل گذشت و بخشش باشند، زیرا زندگی مشترک با عشق آغاز، و با عفو و گذشت ادامه می یابد.

۴- سعه ی صدر

زندگی مشترک، صحنه ی اصطکاک سلیقه های متفاوت و متضاد است، زن و مرد باید با ایجاد ظرفیت بالا و گشایش سینه، ناملایمات زندگی مشترک را تحمل کنند، و در برابر کلمات تند و خشنی که احیانا از همسر خود می شنوند، متانت، بردباری و سعه ی صدر از خود نشان دهند، و صحنه ی نزاع را به مجلس مزاح و لطیفه گویی تبدیل نمایند.

گفت: خوابت هیچ می آید به چشم گفتم: آری تا ببینم روی تو
گفت: چون مجنون به زنجیرت کشند گفتم: آری با خم گیسوی تو

گفت: سختی، گفتمش: آری برای روز جنگ گفت: خاری، گفتمش: از بهر چشم دشمنان.

۵- تعدیل خواسته ها و توقّعات

یک زوج عاقل و واقع بین، خواسته ها و توقّعات خود را از همسرش متناسب با ظرفیت و توانمندی او قرار می دهد، و از تحمیل خواسته های بی جا به شریک زندگی اش جدا اجتناب می نماید. زن و مرد مسلمان می دانند که خداوند بیش از ظرفیت و توان به بنده اش تکلیف نمی کند، (قرآن کریم،بقره/۲۸۶) پس آنان نیز با تأسّی به پروردگار عالمیان، انتظاراتشان را از همسر خود باید در حد توان او تقلیل دهند.

۶- زیبا سخن گفتن

گفتگو و سوال و جواب زن و شوهر باید مؤدبانه و محبت آمیز باشد. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: «زیبا سخن بگویید تا پاسخ زیبا بشنوید(غرر الحکم و درر الحکم)»، همچنین می فرماید: « از سخن زشت بپرهیز،که دل را پر از خشم و کینه می کند»(همان)، و می فرماید: «زبانت را به سخن ملایم و سلام کردن عادت بده، تا دوستانت زیاد، و دشمنانت اندک گردند»(همان)

زن و مرد مسلمان، هنگام سخن گفتن، باید مواظب آهنگ صدا و حرکات دست و پا و چشم و لب و آبروی خود نیز باشند، و بدانند آهنگ نرم و ملایم، ایجاد محبّت، و صدای کلفت و خشن، ایجاد ملامت و نفرت می کند. لب خندان و چهره ی باز، شنونده را مجذوب می کند، همانگونه که ترشرویی و اخم هنگام سخن گفتن، مخاطب را دل آزرده می کند.

۷- زیبا صدا زدن

زن و مرد مؤمن، همسرشان را با نامی صدا می زنند که او بیشتر دوست می دارد، و از آن نام، بیشتر خوشش می آید. پیامبر اکرم (ص) یکی از همسرانش را «حمیرا» یعنی سرخ روی زیبا، صدا می زد،

آن که عالم، مستِ گفتنش آمدی کلّمینی یا حمیرا می زدی.

هرگز نباید به بهانه ی خودمانی بودن، شریک زندگی را توهین آمیز و با الفاظ ناپسند صدا زد، رسول گرامی اسلام (ص) می فرماید: «سه چیز است که عشق و محبّت مسلمان را نسبت به مسلمان دیگر، با صفا و خالص می کند: ۱. با خوشرویی با او ملاقات کند۲. درمجلس برای او جا باز کند تا او کنارش بنشیند ۳. او را به بهترین نامی که دوست می دارد صدا بزند» (کلینی،کافی،۶۴۳/۲)

۸- اهمیت دادن به سلام و خداحافظی

سلام، خوش آمدی است مبارک و از جانب پروردگار عالمیان(قرآن کریم،نور/۶۱) . هرگاه کسی شما را سلام و ستایشی گفت، آن سلام و ستایش را به بهتر از آن یا (لااقل) مانند آن پاسخ دهید، زیرا خداوند بر هر چیزی حسابگر است(همان،نساء/۸۶) .

سلام، ایجاد انس و الفت می کند، کینه ها و کدورت ها را می زداید و اخم پیشانی ها را باز می کند. بخیل ترین مردم کسی است که از سلام کردن دریغ ورزد. (مجلسی،بحارالانوار،۴/۷۶) افشاء سلام به این است که مسلمان از سلام کردن به هیچ مسلمانی بخل نورزد. (همان،۲/۷۶) وقتی مرد وارد خانه می شود باید به خانواده اش سلام کند. (همان ،۱۱/۷۶) اسلام می گوید: زن و شوهر در سلام کردن باید بر همدیگر پیشی بگیرند، زیرا آنها بیش از همه نیاز به انس و الفت دارند.

خداحفظی هم مانند سلام کردن، ایجاد محبّت و الفت می کند. وقتی که مرد از خانه خار ج می شود با گفتن جلمه ی کوتاه خداحافظی، دل همسرش را آرام می کند، و به او دلگرمی می دهد که در سایه ی این دلگرمی، خانه را تمیزتر کرده و غذا را لذیذتر می پزد. خداحافظی مرد با همسرش هنگام خروج از خانه، به او نشاط و سرور می دهد که این نشاط و سرور باعث می شود بدنِ زن، سالم، روحش شادمان، و احساساتش بیدار بماند، و در نتیجه، ثمره ی شیرین این کار، نصیبِ مرد می گردد.

۹- استقبال و بدرقه

چقدر زیباست استقبال از شریک زندگی، هنگام ورودش به خانه، و بدرقه ی او هنگام خروجش از خانه. اگر بدرقه، دل تاریک کافر ذمّی را نورانی می کند،(کلینی،کافی ۶۷۰/۲) چگونه دل انسان را متوجه همسر و شریک زندگی اش نمی کند؟

مردی خدمت پیامبر اکرم (ص) رسید و عرض کرد: یا رسول الله! همسری دارم که وقتی وارد خانه می شوم، به استقبالم می آید، و وقتی که از خانه خارج می شوم تا درب حیاط بدرقه ام می کند، و هنگامی که مرا غمگین می بیند می گوید: شوهرم! چرا ناراحت و غمگینی؟ اگر ناراحتی تو برای رزق و روزی و مخارج زندگی است، غصه مخور، زیرا خداوند خود متکفّل روزی بندگانش می باشد، و اگر به خاطر آخرت غمگین هستی، خداوند بر این گونه غمت بیفزاید تا بیشتر به فکر آخرت باشی. رسول خدا(ص) وقتی که این جملات را شنید، فرمود: «به درستی که خداوند را در روی زمین کارگزارانی است، و همسر تو از جمله ی این کارگزاران است» (حرّعاملی،وسائل الشیعه،۳۲/۲۰)

زنِ خوبِ فرمانبرِ پارسا — کند مرد درویش را پادشا
برو پنج نوبت بزن بر دَرَت — چو یاری موافق بود در بَرَت
چو مستور باشد زنِ خوبروی — به دیدارِ او در بهشت است، شوی.

(سعدی)

۱۰- تشکر و عذرخواهی

اسلام می گوید: زن و شوهر در فرصت های مختلف باید از یکدیگر تشکر زبانی نمایند، و با قدردانی از زحمات همدیگر، محبّت و عاطفه ی قلبی خود را ابراز نمایند. رسول خدا (ص) می فرماید: «مردی که به همسرش بگوید: دوستت دارم، اثر مثبت این سخن، هرگز از دل همسرش بیرون نمی رود»(حرّعاملی،وسائل الشیعه،۲۳/۲۰)، یعنی زن از شنیدن این جمله به وجد و شعف می آید، پر و بال می گیرد، سرِ شوق می آید، وظیفه اش را با دلگرمی انجام می دهد، و مشکلات زندگی را با چهره ی باز تحمل می کند. (مصطفوی،بهشت خانواده،۱۸۰/۱)

عذرخواهی هم مانند تشکر در جلب مودّت و محبت و از بین بردن کینه و کدورت، معجزه می کند. اگر توبه، آلودگی معصیت را پاک می کند، عذرخواهی هم گرد و غبار کدورت را می زداید. از نظر اسلام، همسر هم وظیفه مند است عذرخواهی شریک زندگی اش را بپذیرد و از لغزش او در گذرد. امیر سخن علی علیه السلام می فرماید: «بدترین مردم کسی است که عذرخواهی دیگران را نپذیرد و از خطایشان در نگذرد» (غرر الحکم و درر الحکم).

۱۱- قدرشناسی

قدرشناسی و قدردانی از زحمات همسر موجب می شود تا او به ارزش کارش پی ببرد و آرامش خاطر پیدا کند که شریک زندگی اش قدر و ارزش کارهای نیک او را می داند، و ایجاد این حس، تداوم و تکامل نیکی ها را به دنبال خواهد داشت. امام سجاد علیه السلام در رسالهٔ الحقوق می فرماید: «هر کدام از شما زن و شوهر باید به نعمت وجود همسرش سپاسگذار باشد و بداند که این نعمت خدا است که به او داده و لازم است که با نعمت خدا خوش رفتاری کند، گرامیش بدارد و با او بسازد.» (این شعبه،تحف العقول،ص ۲۶۲)

بیا تا قدر همدیگر بدانیم — که تا ناگه ز یکدیگر نمانیم
چو مؤمن آینه مؤمن یقین شد — چرا با آینه ما روگرانیم
کریمان جان فدای دوست کردند — سهی بگذار ما هم مردمانیم
فسونِ قل اعوذ و قل هو الله — چرا در عشق همدیگر نخوانیم
غرض‌ها تیره دارد دوستی را — غرض‌ها را چرا از دل نرانیم

گهی خوشدل شوی از من که میرم — چرا مرده پرست و خصم جانیم
چو بعد از مرگ خواهی آشتی کرد — همه عمر از غمت در امتحانیم
چو بر گورم بخواهی بوسه دادن — رخم را بوسه ده کاکنون همانیم

(مولوی)

۱۲- عیب پوشی

قرآن کریم می فرماید: «همسرانتان لباس برای شما، و شما نیز لباس برای آنها هستید» (بقره،۱۸۷)

مهمترین خاصیت لباس، عیب پوشی آن است، خدای متعال در این تشبیه می خواهد بفرماید: همچنان که لباس، حافظ تن و پوشاننده ی عیب های بدن است، زن و شوهر نیز نسبت به یکدیگر باید این چنین باشند، باید حافظ اسرار یکدیگر بوده و عیب های همدیگر را بپوشانند. پرده دری و برملا کردن عیب همسر حتی نزد پدر و مادر، تفِ سر بالا است، زیرا زن و مرد قبل از ازدواج، دو روح و دو تن بوده اند، امّا بعد از ازدواج، یک روح در دو تن شده اند. در تشبیه همسر به لباس، لطایف دیگری نیز نهفته است، از جمله اینکه : لباس در فصول و زمان های مختلف تغییر پیدا می کند، زن و شوهر نیز باید اخلاق و رفتار خود را متناسب با نیاز روحی همسرشان تغییر دهند، اگر همسر عصبانی است او نرم و آرام باشد، و اگر همسر ناراحت است، او با فراهم کردن اسباب خوشحالی، همسرش را از ناراحتی خارج کند. لباس باید در رنگ و دوخت و اندازه ی متناسب با انسان باشد، همسر نیز باید این چنین باشد. لباس، وسیله ی زینت و حفاظت است، همسر هم باید این چنین باشد. لباس، تن انسان را گرم می کند، همسر نیز باید کانون خانواده را گرم نگه دارد. بی لباسی موجب رسوایی است، بی همسری نیز موجب انحراف و آلودگی، و نهایتا موجب رسوایی است.

۱۳- خوش گمانی

زندگی مشترک، تنها در صورتی با صفا باقی می ماند که زن ومرد نسبت به همدیگر خوش گمان باشند. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: «خوش گمانی بهترین فضیلت اخلاقی، و با ارزش ترین عطا و بخشش است»(غرر الحکم و درر الحکم). و می فرماید: «خوش گمانی باعث آرامش دل و سالم ماندن دین می شود» (همان) و می فرماید: «هرکس خوش گمان باشد، محبّت او در دل دیگران جای می گیرد.» (همان)

زن ومرد باید بدانند بدگمانی، آفت زندگی مشترک، و سلب کننده ی آرامش زندگی است. بدگمانی عقلا ناپسند و شرعا حرام است. امیر سخن علی علیه السلام می فرماید: «کسی که گمانش بد است باطنش بد است، مبادا گمان خود را بد کنی که گمان بد، عبادت را فاسد و بار گناه را سنگین می کند».(همان)

۱۴- خوش بینی

خوش بینی زن و شوهر نسبت به همدیگر، به زندگی مشترک، امید و تحرّک می بخشد. زن و مرد وقتی عقلشان کامل می گردد که همسرشان را ازخود برتر و با تقواتر بدانند، (مجلسی،بحارالانوار،۳۳۶/۷۸) امیرالمؤمنین ع می فرماید: «خداوند دوست دارد که تمام مردم جهان نسبت به کلیه ی افراد بشر، خوش بین و خیرخواه باشند. (غرر الحکم و درر الحکم)

۱۵- عاقبت اندیشی

مؤمن عاقل قبل از انجام هر کاری به عاقبت آن می اندیشد. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: «عاقبت اندیشی قبل از انجام هر کار، تو را از پشیمان شدن حفظ می کند.» (غرر الحکم و درر الحکم) همچنین می فرماید: «عاقل ترین مردم کسی است که عاقبت اندیشی اش از دیگران بیشتر باشد.» (همان)

در سرِ کاری که در آیی نخست — رخنه ی بیرون شدنش کن درست
تا نکنی جای قدم، استوار — پای منه در طلبِ هیچ کار

(نظامی گنجوی)

اسلام می گوید: زن و شوهر باید طوری زندگی کنند که گویی آینده را می بینند و آگاهانه با اراده ی خود باید آن را رقم بزنند. مردی که در حضور پدر و مادرش، عیب همسرش را می گوید، و در حضور همسر، احترام پدر و مادر را نگه نمی دارد، عاقبت اندیش نیست. و زنی که جلو فرزندان به شوهرش اهانت می کند، عاقبت اندیشی ندارد.

۱۶- نظم و برنامه ریزی

نظم و برنامه ریزی در زندگی، نشانه ی عقل و پرهیزگاری است، لذا زن و مرد باایمان هیچگاه از نظم و برنامه ریزی در زندگی مشترک غافل نمی شوند. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: « شما را به پرهیزگاری و نظم و انضباط در کارها سفارش می نمایم.» (غرر الحکم و درر الحکم.) و می فرماید: «برنامه ریزی داشتن در کارها بهترین دلیل بر فراوانی عقل انسان است.» (همان) و نیز می فرماید: « بی برنامگی در کارها سبب نابودی و فروپاشی آنها می شود». (همان)

نظم و برنامه ریزی در کارها، باعث جلوگیری از لغزش و اشتباه، دیدن تهدیدات و مقابله با آنها، افزایش بهره وری، ایجاد آرامش درونی، و مصونیت از پشیمانی است.

۱۷- نظافت و پاکیزگی

رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم می فرماید: « هرچه می توانید پاکیزه باشید، زیرا خداوند اسلام را بر پایه ی پاکیزگی بنا نهاده است، و کسی جز افراد پاکیزه به بهشت نمی روند.» (نهج الفصاحه ص ۱۱۳) همچنین می فرماید: «خداوند خوشبو هست و دوستدار بوی خوش، پاکیزه هست و دوستدار پاکیزگی.» (همان)

اسلام می گوید: مرد باید خود را نظافت کند، لباس چرکینش را عوض کند، بدن و لباسش را با انواع عطرها خوشبو نماید، موهای زاید بدن را برطرف نماید، موهای سر و صورتش را با شانه زدن و مرتب کردن، آراسته نماید، با مسواک کردن منظم، دندان های سفید و دهان خوشبویی داشته باشد و ...

به زن هم می گوید: علاوه بر رعایت نظافت و پاکیزگی بدن، لباس خود و فرزندان و محیط خانه، باید خود را همیشه برای شوهرش زینت و آرایش نماید، و پیوسته برای او جالب و جذاب باشد. (طهماسبی،آرامش در سای ی ازدواج، ص ۱۳۶)

۱۸- مشورت

کانون خانواده، مکانی است که عواطف و احساسات باید در آنجا رشد و بالندگی پیدا کنند، مرد،احساس شخصیت کند، زن،مورد احترام قرار گیرد، و فرزندان،محبّت و نوازش ببینند، وجود مشورت در خانواده می تواند بستر ایجاد این فضا را در خانه فراهم سازد. مشورت در خانواده، سبب از بین رفتن اختلافات، و ایجاد آرامش در زندگی خانوادگی می شود. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: «انسان عاقل،همیشه نیازمند به مشورت است، مشورت با دیگران، مشارکت در عقول آنها است. هیچ پشتیبانی محکمتر از مشورت نیست.» (غرر الحکم و درر الحکم)

قرآن کریم برای اینکه اهمیت مشورت را به همگان گوشزد نمای،د به رسول خدا ص که عقل کل است دستور می دهد با مسلمانان مشورت نماید و بعد از مشورت، تصمیم گیری کند. (آل عمران/۱۵۹)

از نظر اسلام مرد، مدیر خانواده، و زن، معاون او است، مدیری موفق خواهد بود که با معاونش در کارهای مربوطه مشورت و همفکری داشته باشد، لذا برای استحکام خانواده، لازم است مرد در همه ی امور مربوط به خانه و خانواده با همسرش، مشورت نماید.

۱۹- الگوگیری

یکی از روش های تربیتی قرآن کریم، الگوسازی و معرفی الگوهای برتر به جامعه ی بشری است. قرآن کریم می فرماید: «ابراهیم و یاران او الگو و سرمشق خوبی برای شما در زندگی می باشند» (ممتحنه/۴) و می فرماید: «کسانی که دل به خدا و روز قیامت بستند، رسول خدا محمّد مصطفی صلی الله علیه و آله وسلم الگو و سر مشق نیکویی برای آنان است.» (احزاب/۲۱) و می فرماید: «خداوند همسر فرعون(آسیه) را به عنوان الگو برای اهل ایمان مثال می زند، آن هنگام که گفت: خدایا برای من خانه ای نزد خودت در بهشت بنا کن، و مرا از فرعون و کارهای ناپسندش نجات بده، و مرا از دست گروه ستمکار رهایی ببخش. و الگوی دیگر اهل ایمان، مریم دختر عمران است، همان کسی که دامن خود را از آلودگی پاک نگه داشت...» (تحریم/ ۱۱ و ۱۲)

زن ومرد مسلمان باید با الگوگیری از خانواده های بافضیلت، آنان را الگو و سرمشق زندگی مشترک خود قرار داده، و بدین ترتیب، راه سعادت و خوشبختی را برای خود هموار سازند. زندگی مشترک امیرالمؤمنین و فاطمه سلام الله علیهما می تواند بهترین الگو برای زوج طالب سعادت و خوشبختی باشد.

علی علیه السلام در باره ی زندگی مشترکش با زهرا سلام الله علیها می فرماید: «به خدا سوگند چنان عشق و صفایی بین من و دختر پیغمبر حاکم بود، که هرگز او را به خشم نیاوردم، و او را به کاری که خوش نمی داشت وادار نکردم، او نیز هیچگاه مرا خشمگین نکرد و کوچکترین مخالفتی با من ننمود. هرگاه به چهره ی او نگاه می کردم، همه ی غم ها از دلم زدوده می شد و نسیم آرامش بر من وزیدن می گرفت» (اربلی، کشف الغمهٔ، ج۱، ص ۳۷۳)

ای زن پاک گوهر دیندار — ای گران ارج بانوی بیدار
تو که اسلام باشدت باور — به که اسلام را کنی رهبر
نسزد از تو ای زن روشن — پیروی از زنانِ تر دامن
آن که خود هست در کمند فساد — کی تواند کند تو را آزاد
آن که را پیشوای دین زهراست — پیروی از زنان غرب خطا است

(شفق)

۲۰- شادی و نشاط

یکی از نیازهای اصلی خانواده ها، وجود شادی و نشاط در میان آن ها است. نشاط و سر زندگی به خانواده ها صمیمیت، طراوت و تازگی می بخشد، زیرا افراد بانشاط، ملایمتر، مهربانتر و انعطاف پذیرتر می باشند. ایجاد فضای معنوی واقعی، شوخ طبعی، استفاده از بوی خوش، استفاده از لباسهای زیبا و جذاب، خرید هدیه برای همسر و فرزندان، در کنار خانواده بودن، گوش دادن صمیمانه به سخنان همسر، با هم به تفریح و مسافرت رفتن، می تواند شادی و نشاط را برای خانواده ها به ارمغان آورد. پیامبراکرم صلی الله علیه و آله وسلم می فرماید: «مومن، شوخ طبع و اهل تفریح و سرگرمی است» (مجلسی، بحارالانوار، ۱۵۵/۷۷)، رسول خدا ص وقتی یکی از اصحابش را غمگین می دید، با شوخی کردن، غمش را برطرف نموده و او را شادمان می کرد. (نوری، مستدرک الوسائل، ۳۲۱/۸) همچنین از ایشان نقل شده است که فرمود: «از نظر من ساعتی در کنار خانواده نشستن، از اعتکاف در مسجد من محبوب تر و دوست داشتنی تر است» (تبیه الغافلین، ص ۳۴۲) و فرمود: «خداوند انسان مومن و همسر و فرزندانش را دوست می دارد، محبوب ترین چیز نزد خداوند این است که مومنی را به همراه زن و فرزندانش بر سر یک سفره ببیند که مشغول غذا خوردن می باشند، که در این صورت، نگاه رحمت بر آن ها می افکند و قبل از آن که از سر سفره بلند شوند آن ها را می آمرزد» (همان، ص ۳۴۳) و فرمود: «برای انسان مومن بعد از نعمت اسلام، هیچ نعمتی بالاتر از داشتن همسر مسلمان با ایمان نیست، که وقتی به چهره ی او نگاه می کند شاد و با نشاط می شود» (حرّعاملی، وسائل الشیعه، ۲۳/۱۴).

ب) توصیه به مردان

۱. غیرت ورزی

غیرت ورزی مرد یعنی نظارت دقیق و قاطع او در جهت حفظ ناموس از هرگونه بی عفتی، و جلوگیری از عوامل و زمینه های به وجود آورنده ی آن. غیرت مردانه همانند پلیس بیدار و هوشیاری است که خود را همواره موظف به پاسداری از حریم ناموس خویش می داند، پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله وسلم فرمود: جدّم ابراهیم علیه السلام مرد غیرتمندی بود، و غیرت من از او هم بیشتر است، هر مسلمانی که نسبت به زن و بچه هایش غیرت نداشته باشد خداوند بینی او را به خاک می مالد. (حرّعاملی، وسائل الشیعه ۱۵۴/۲۰) و فرمود: «هرمردی که اجازه دهد همسرش آرایش کرده از خانه خارج شود و خود را در معرض دید مردان بیگانه قرار دهد، خداوند برای هر قدمی که این زن در بیرون خانه بر می دارد، برای شوهر بی غیرت او خانه ای از آتش در جهنم بر پا می کند.» (مجلسی، بحارالانوار، ۲۴۹/۱۰۳).

البته در بحث غیرت باید به این نکته توجه داشت که کار به وسواس و بدگمانی، و درنتیجه سختگیری بی مورد، منجر نشود، زیرا افراط در غیرت ورزی و سخت گیری های بی جا نه تنها باعث حفظ عفت زن نمی شود، بلکه همسر سالم و پاکدامن را نیز به فساد و آلودگی می کشاند. (حرّعاملی، وسائل الشیعه، ۱۸۶/۲۰)

۲. خوش اخلاقی

گرچه همه ی انسان ها اعم از زن و مرد باید خوش اخلاق باشند، لکن با توجه به اینکه در زندگی مشترک، مرد بیشتر در معرض تندخویی قرار دارد، به او سفارش بیشتری برای خوش اخلاقی مخصوصا در محیط خانواده شده است. اسلام به شوهر دستور می دهد که هیچگاه با همسرش با ترشرویی و بداخلاقی برخورد نکند، بلکه باید همواره گشاده رو، خوش چهره و متبّسم باشد، اگر از مردم کوچه و بازار یا همکاران و ارباب رجوع در محل کار ناراحت شده است، نباید تلاقی آن را بر سر همسر بی گناهش درآورد. رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمود: «برادرم جبرئیل پیوسته سفارش زنان را به من می نمود، تا جایی که گمان بردم مرد حق ندارد به همسرش حتّی «اُف« هم بگوید، آنگاه به من گفت: ای محمّد! در رفتار با زنان از خدا بترسید...، زیرا آنان به خاطر اینکه خود را در اختیار شما قرار می دهند و فرزندان شما را در رحمشان حمل نموده و دشواری وضع حمل را تحمّل می کنند، حق بزرگی برگردن شما دارند، پس با آنان مهربان باشید و دلهای آنان را با رفتار خوبتان پاکیزه کنید تا تحمل زندگی کردن در کنار شما را داشته باشند.» (نوری، مستدرک الوسائل ۲۵۳/۱۴) و فرمود: «کاملترین مردها از نظر ایمان، خوش اخلاق ترین آنها است.» (مجلس،بحارالانوار ۲۲۶/۱۰۳) و فرمود: «هیچ عملی بهتر از اخلاق خوب نیست»(همان)

سعد بن معاذ یکی از اصحاب پیغمبر صلی الله علیه و آله وسلم است، وقتی که از دنیا می رود رسول خدا با پای برهنه در تشییع جنازه اش حاضر می شود و با دست مبارک خویش جنازه ی سعد را داخل قبر می گذارد. مادر سعد که این همه احترام را از رسول خدا نسبت به فرزندش دید، صدا زد: ای سعد! بهشت بر تو گوارا باد، پیامبراکرم تا این جمله را از مادر سعد شنید فرمود: تو چه میدانی که الان فرزندت دچار فشار قبر سختی شده است. وقتی که علت را از حضرت پرسیدند، فرمود: به خاطر اینکه سعد با خانواده اش بداخلاقی می کرد. (مجلسی، بحارالانوار۲۹۸/۷۳)

۳. مهرورزی

زن، کانون محبت، و یک موجود کاملا عاطفی است که از همه ی وجودش مهر و محبت می بارد، لذا می خواهد محبوب دیگران باشد، و هر چه که محبوبتر باشد شادابتر خواهد بود، و اگر بداند محبوب کسی واقع نشده خود را شکست خورده تلقّی نموده، پژمرده و افسرده خواهد شد. در زندگی مشترک، زن خود را به شدت نیازمند به مهر و محبت شوهر می داند، لذا اسلام عزیز به مردان مؤمن علاقه مند به خانواده، توصیه ی اکید نموده است که تا می توانند نسبت به همسرشان مهرورزی نمایند. رسول مکرم اسلام می فرماید: «هر

چه قدر که ایمان مرد کامل گردد، نسبت به همسرش بیشتر مهرورزی و اظهار محبت می کند» (مجلسی، بحارالانوار،۲۲۸/۱۰۳) و امام صادق ع می فرماید: «یکی از خصوصیات اخلاقی پیامبران این است که به همسرانشان مهرورزی و محبت دارند.» (همان،ص ۲۳۶)

۴. احترام به همسر

زن نیر همانند مرد دوست دارد مورد احترام و تکریم قرار گیرد، لذا از تحقیر و توهین، رنجیده خاطر می گردد. در زندگی مشترک، اگر زن از خانواده، مخصوصا از شوهر، احترام و تکریم ببیند، احساس شخصیت نموده، و به کار در خانه و زندگی دلگرم می شود. رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم فرمود: «زنان را گرامی نمی دارند مگر مردان با کرامت و بزرگوار، و به آنان توهین نمی کنند مگر مردان پست و فرومایه.» (حسینی عاملی،المواعظ العددیة، ص۱۵۱) و فرمود: «هرکس به خانواده اش توهین کند، خوشی زندگی اش را از دست خواهد داد.» (همان) امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: «اگر می خواهید همسرانتان خوش رفتار شوند به آنان احترام بگذارید و سخنان نیک بگویید.» (مجلسی، بحارالانوار، ۲۲۳/۱۰۳)

۵. نادیده گرفتن لغزش های همسر

در روایات ما یکی از حقوق زن که برگردن مرد نهاده شده، این است که اگر لغزشی از او سر زد، شوهر باید آن را نادیده بگیرد و همسرش را ببخشد. امام سجاد علیه السلام می فرماید: «حق همسرت بر تو این است که نسبت به او مهربان باشی...، غذا و لباسش را فراهم کنی، و لغزش هایش را ببخشی»(مجلسی، بحارالانوار ۵/۷۴). ممکن است زن بخاطر نادانی یا عدم توجه یا شدت عصبانیت، نسبت به شوهرش بی ادبی کند، ممکن است حرف نیشدار یا زشتی از دهانش خارج شود، ممکن است در اثر بی توجهی، ضرر مالی به خانواده وارد کرده باشد و ...، در همه ی این موارد و امثال آن، وظیفه ی شوهر، گذشت و نادیده گرفتن است. بله اگر لغزش، لغزش ناموسی و حیثیتی باشد، وظیفه ی مرد، ارشاد، و در صورت لزوم، برخورد است.

۶. احترام به بستگان همسر

مرد باید بداند همسرش انتظار دارد که شریک زندگی او بستگان و فامیل وی را همانند بستگان و فامیل خود بداند و به آنان احترام بگذارد، مخصوصا پدر و مادرش را. داماد مؤمن با انصاف باید بداند پدر و مادر همسرش برای پرورش و تربیت دخترشان، زحمت های زیادی کشیده اند و اینک ثمره ی زحمات خویش را به دست او سپرده اند تا یاور و مونس و همدم او باشد، و این خود نعمت بزرگی است که نصیب مرد شده است ،و از باب من لم یشکر المخلوق لم یشکر الخالق، داماد باید احترام ویژه ای برای پدرزن و مادرزن خود قائل باشد و پیوسته آنها را تکریم نماید.

عمار دهنی می گوید: از امام سجاد علیه السلام شنیدم که می فرمود: «خداوند دل های محزون و بندگان شکر گزارش را دوست می دارد، خدای متعال به بنده ای از بندگانش در روز قیامت می فرماید: آیا از فلانی تشکر کردی؟ می گوید، نه، ولی پروردگارا شکر تو را به جا آوردم، خداوند به او می فرماید: نه، چون از فلانی تشکر نکردی، بنابر این شکر مرا هم بجا نیاوردی. آنگاه امام سجاد فرمود: شکرگزارترین شما نسبت به خداوند کسی است که بیشترین تشکر را از مردم داشته باشد» (کلینی، کافی ۹۹/۲)

۷. گوش بودن برای همسر

زنان نیاز زیادی به حرف زدن دارند، و علاقه مندند که به حرف های آنان کاملا گوش داده شود. زن با صحبت کردن آرام می شود، لذا شوهرش باید برای او گوش باشد، البته گوش خیر و خوبی باشد. قرآن کریم در باره ی پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم می فرماید: «برخی ها می گویند او سراپا گوش است و به سخنان همه گوش فرا می دهد، بگو گوش دادن پیامبر صلی الله علیه و آله وسلم به نفع شما است، او به خداوند ایمان دارد و مومنان را تصدیق می کند، و برای هر کس از شما که ایمان آورد مایه ی رحمت است...» (توبه/۶۱)

۸. مرد باید کارهای پسندیده ی همسرش را تحسین نماید، چون تمجید و ستایش بجا از همسر، کلید کامیابی در زندگی زناشویی است. زن به توجه، تحسین و ستایش، بسیار نیازمند است، لذا مرد نباید با بی توجهی به همسرش، او را آزرده خاطر سازد. قرآن کریم می فرماید: «با زنان به نیکی رفتار کنید،(و آنان را آزرده خاطر نسازید)». (نساء/۱۹)

۹. درخواست همسر در خصوص مخارج زندگی باید مورد توجه شوهر قرار گیرد، در صورت امکان باید آن را برآورده نماید، و در صورت عدم امکان، با لبخند و خوشرویی وعده دهد که انشاءالله در آینده در صورت امکان انجام خواهد داد. در برخی از روایات وعده دادن به همسر برای برآوردن خواسته ی مشروع او در صورتی که شوهر فعلا توان انجام دادن آن را ندارد، از مستثنیات دروغ شمرده شده است. (حرّعاملی، وسائل الشیعه، ۲۵۲/۱۲)

۱۰. مرد باید مدیریت داخل خانه را به همسرش بسپارد و در کارهایی که ذوق زنانه می طلبد مثل شست و شو، پخت و پز، دکوراسیون خانه و... دخالت نکند. بله، کمک کردن به همسر در امور خانه، کار پسندیده ای است که در روایات ما به آن سفارش شده است. (مجلسی، بحارالانوار، ۵۰/۴۳)

ج) توصیه به زنان

اسلام، مهمترین وظیفه ی زن را شوهرداری قرار داده است، لذا خوب شوهرداری کردن او را جهاد در راه خدا قلمداد کرده است.(مجلسی، بحارالانوار، ۲۵۲/۱۰۳). شوهرداری کار آسانی نیست، بلکه نیاز به کاردانی، زیرکی و ذوق و سلیقه دارد. خداوند منّان قدرت فوق العاده ای به زن عنایت فرموده است طوری که سعادت و خوشبختی خانواده در حد زیادی به دست او است، همانگونه که او در شقاوت و بدبختی خانواده تاثیر زیادی دارد، زن می تواند خانه را به صورت بهشت برین در آورد، و می تواند آن را به جهنمی سوزان تبدیل نماید. زن اگر به فن شوهرداری آشنا باشد و وظایفی را که خدا برایش مقرر فرموده انجام دهد، می تواند از یک مرد عادی بلکه از یک مرد بی عرضه و بی لیاقت، یک شوهر لایق و آبرومند بسازد. یکی از دانشمندان می نویسد: زن قدرت عجیبی دارد مثل قضا و قدر است، هرچه بخواهد همان است. اسمایلز می گوید: اگر زن خوش خلق و کدبانویی در خانه ای محقّر و فقیر باشد، آن خانه را محل آسایش و فضیلت و خوشبختی می سازد. ناپلئون می گوید: اگر می خواهید اندازه ی تمدن و پیشرفت ملتی را بدانید، به زنان آن ملّت بنگرید. بالزاک می گوید: خانه ی بی زنِ عفیف، قبرستان است(امینی، ابراهیم، آئین همسرداری ص)

برای اینکه زن بتواند به این وظیفه ی اصلی اش یعنی شوهرداری عمل نماید، اسلام توصیه هایی به او نموده است که به اهمّ آن ها اشاره می کنیم:

۱. آراستگی و زینت

زن باید برای شوهرش همیشه آراسته و با نشاط باشد، نه ژولیده و افسرده، باید تمیزترین و زیباترین لباس را در خانه پیش شوهرش بپوشد، و خود را برای او بیاراید. زن مسلمان پیوسته باید غریزه ی جنسی اش را در برابر شوهر، بیدار و توانمند نگه دارد، و همواره خود را بر شوهرش عرضه نماید، در برابر او ملیح، خوش سخن و شیرین حرکات باشد تا توجه او را به سوی خود جلب کرده و با عشق و صفا ی خود شوهرش را اشباع نماید. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم می فرماید: « زن باید در خانه، خود را به بهترین بوهای خوش معطر کند و بهترین و زیباترین لباسش را بپوشد و خود را به نیکوترین وجه آرایش و زینت نماید و هر صبح و شام، خود را به شوهرش عرضه نماید...» (حرّ عاملی، وسائل الشیعه ۳۱/۲۰).

البته آرایش و زینت زن، تنها باید در محیط خانه و برای شوهر انجام گیرد. خودنمایی زن در برابر بیگانگان، به غیر از تزلزل و از هم پاشیدگی کانون خانواده و از بین رفتن شخصیت و متانت زن، چیزی به همراه نخواهد داشت. رسول خدا صلی الله علیه و آله وسلم می فرماید: « هر زنی که خود را خوشبو و زینت نماید و از خانه خارج شود پیوسته مورد لعن و نفرین قرار می گیرد تا وقتی که به خانه برگردد.» (همان، ص ۱۶۱)

۲. حیا ورزی

حیا یکی از صفات پسندیده ی نفسانی است که موجب فاصله گرفتن انسان از زشتی ها و کارهای ناپسند می شود. (مجلسی، بحارالانوار ،۳۲۹/۷۱) حیا، لباس اسلام، میزان عفت و پاکدامنی، سرمنشأ مکارم اخلاق، کلید هر خوبی، ریشه ی مروّت و انصاف، و رمز توانگری و بی نیازی است. و بی حیایی، غوطه وری در منجلاب زشتی ها، اظهار عجز و ناتوانی، ابراز نقص و بی هنری و دلیل بر بی ایمانی است.(محمّدی ری شهری، میزان الحکمه، ۷۲۰/۱-۷۱۶)

همه ی مومنان اعم از زن و مرد باید خود را مزیّن به زینت حیا نمایند، امّا وجود شرم و حیا در زنان از اهمیّت بیشتری برخوردار است، امام صادق علیه السلام می فرماید:« خداوند حیا را ده قسمت نموده است، نه جزء آن را برای زن ها، و تنها یک جزء آن را برای مردها قرار داده است...» (قمی، سفینۀ البحار، ۵۱۱/۲) و در روایت دیگر می فرماید: « زن بی حیا، مانند غذای بی نمک است» (دیلمی، ارشاد القلوب، ۱۹۳/۱).

رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم می فرماید: « خداوند نه جزء از ده جزء حیا را در وجود زن ها قرار داده است تا همانند حیوانات، خود را در اختیار نرها قرار ندهند.» (طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۳۸)

۳. عفاف و پاکدامنی

یکی از صفات برجسته ی اخلاقی، عفت است، و معنای عفت این است که انسان از یک صفت نفسانی برخوردارشود که به موجب آن، شهواتش به کنترل عقل در آید. امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: « بهترین عبادت، عفت داشتن است، (کلینی، کافی، ۷۹/۲) و می فرماید: « مقام رزمنده ای که در راه خدا به شهادت می رسد از مقام انسان با عفّت بالاتر نیست، کسی که قدرت بر گناه دارد، اما خویشتنداری می کند، در حقیقت فرشته ای از فرشتگان الهی است.» (سید رضی، نهج البلاغه، حکمت ۴۷۴) و امام باقر علیه السلام می فرماید: « هیچ عبادتی برتر از عفّت شکم و عفّت فرج (پاکدامنی) نیست» (کلینی، کافی ۷۹/۲)

با توجه به اینکه عفّت و پاکدامنی زن، تاثیر زیادی در سلامت اخلاقی جامعه و تحویل نسل صالح و شایسته دارد، در متون دینی ما بر روی پاکدامنی زنان تاکید بیشتری شده است. رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم می فرماید: « بهترین زنان شما زنی است که بچه زا، با محبّت و با عفت و پاکدامن باشد...»(حرّعاملی، وسائل الشیعه، ۲۹/۲۰)

۴. رعایت پوشش

اسلام می خواهد انواع تلذذهای جنسی به محیط خانه و در چارچوب شرع و قانون اختصاص یابد، و اجتماع تنها برای کار و فعالیت باشد، لذا پوشش مناسب را برای بیرون از خانه توصیه نموده است، زیرا بی بند و باری در پوشش به معنای عدم ضابطه در تحریک شهوت و عدم محدودیت در رابطه ی جنسی است. اسلام می گوید: با کنترل و تنظیم غرائز از جمله غریزه ی جنسی می توان اسباب شکوفایی همه ی استعداد های انسانی را فراهم آورد، و پوشش مناسب برای زن و مرد، می تواند عامل مهمی در تعدیل و تنظیم غریزه ی جنسی باشد. و با توجه به اینکه سراسر بدن زن، برای تامین غرض تناکح و تناسل، لطیف، ظریف و تحریک کننده آفریده شده است، لذا خداوند لطیف و ظریف بین، پوششی بیشتر از مرد برای او مقرر نموده است. شهید مطهری رحمه الله در باره ی فلسفه ی اختصاص پوشش حداکثری برای زن می نویسد: « علت این که در اسلام دستور پوشش(حداکثری) اختصاص به زنان یافته این است که میل به خود نمایی و خودآرایی مخصوص زنان است. از نظر تصاحب قلب ها و دل ها، مرد شکار است و زن شکارچی، همچنان که از نظر تصاحب جسم و تن، زن شکار است و مرد شکارچی. میل زن به خود آرایی از حس شکارچی گری او ناشی می شود که می خواهد مرد را دلباخته ی خود کرده و در دام علاقه ی خود اسیر سازد، بنابراین، انحراف تبرّج و برهنگی از انحراف های مخصوص زنان است، لذا دستور پوشش(حداکثری) هم برای آنان مقرر شده است.» (مطهری، مرتضی، مجموعه آثار۴۳۶/۱۹).

اسلام عزیز با سفارش نمودن زن به مراعات پوشش در بیرون خانه، می خواهد بگوید: زن یک کالای مشترک نیست تا برای همگان باشد و هیچکس برای او نباشد، بلکه او مروارید درخشان و با ارزشی است که باید در صدف باشد تا از دستبرد شیّادان در امان بماند. زن

امانت خدا و گل خوشبوی زندگی است که به شوهرش سپرده شده است، نه عروسک کوکی ملعبه ی دست بولهوسان و شهوت پرستان. (طهماسبی، آرامش در سایه ی ازدواج، ص ۱۷۲)

پدرم گفت: پدرجان! زن اگر زن باشد — شیر در خانه و در کوچه و برزن باشد
پدرم گفت که ای دخت نکو بنیادم — زلف بر باد منه تا ندهی بر بادم
هدفِ دشمنِ سنگ افکن، پشیمانی ماست — کسب جمعیتش از زلف پریشانی ماست
پدرم گفت: گل از رنگ و لعابش پیداست — و زنِ مومنه از طرز حجابش پیداست.

(محمدرضا آغاسی)

۵. خانه داری

زن، کانون محبّت و عشق و عطوفت است، و خدای متعال در فطرت او ابراز محبّت و عطوفت را به ودیعت نهاده است. زن از ابراز محبّت به فرزند و سایر کسانی که دوستشان می دارد، لذّت می برد، و هیچ چیز دیگری نمی تواند جای این لذّت را پر کند. خانه داری و بچه داری، هنری است که فقط از زن ساخته است، و لذا اسلام از زن مسلمان، شوهرداری، گرم نگه داشتن کانون خانواده و تربیت فرزندان را خواسته است. زنان با ایمان بدانند: از دامان مادران شایسته است که مردان الهی پدید می آیند، مادرانی که فرزندان سالم، صالح و باانگیزه و با نشاط تربیت می کنند و به جامعه ی بشری تحویل می دهند، کار ارزشمندی که از عهده ی هیچ مردی بر نمی آید. خانه داری مسئولیت سنگینی است که جز با ایثار و از خود گذشتگی، صبر و پایداری، نیکو شوهرداری به سرانجام مطلوب نمی رسد. رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم در روایتی می فرماید: « حق مرد بر همسرش این است که: چراغ خانه را روشن نگه دارد، برای طبخ غذای مطبوع تلاش نماید، هنگام ورود شوهر به خانه از او استقبال نماید، با چهره ی باز به او خوش آمد بگوید... و بدون عذر شرعی از آمیزش او جلوگیری نکند» (طبرسی، مکارم الاخلاق ص ۲۱۴)، در روایت دیگر می فرماید: « هر زنی که در خانه ی شوهر چیزی را به قصد اصلاح و خدمت کردن جا بجا نماید، خداوند به او نظر رحمت می افکند، و هرکس که خداوند به رحمت سوی او نظر کند، هرگز عذابش نخواهد کرد.» (مجلسی، بحارالانوار، ۲۵۱/۱۰۳) امام صادق علیه السلام می فرماید: «بهترین زنان شما مسلمانان، زنی است که خوشبو و خوش دستپخت باشد، و در مخارج زندگی میانه روی را رعایت کند.» (طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۰۰)

زن چو باشد هنرور و دانا — چون بهشت برین شود دنیا
زن چو هوشیار و کاردان گردد — خانه چون روضه ی جنان گردد
خرّمی ها بود در آن خانه — که در آن بانویی است فرزانه
عشق و شور و هنر بود از زن — پیشرفت بشر بود از زن.

(یغمایی)

از نظر اسلام، وظیفه ی اصلی زن خانه داری است، و هیچ کار دیگری نباید این وظیفه ی اصلی را تحت الشعاع خود قرار دهد. بدین جهت اسلام تامین مخارج زندگی خانواده را به عنوان یک تکلیف بر دوش مرد نهاده است، و زن هیچ تکلیفی به کسب درآمد ندارد، و اگر درآمدی هم داشته باشد، هیچ الزامی به خرج کردن آن در امور جاری زندگی خانوادگی ندارد. رهبر معظم انقلاب در سومین نشست اندیشه های راهبردی با موضوع زن و خانواده، درباره ی اشتغال زنان در بیرون خانه فرمودند: در این موضوع سه تا اصل را نباید نادیده گرفت: اوّل اینکه اشتغال زن نباید کار اصلی او یعنی خانه داری، کدبانویی و مادری را تحت الشعاع قرار دهد...پس ما با آن اشتغال و مشارکتی موافق هستیم که به این قضیه ی اصلی ضربه و صدمه نزند، چون این جایگزین ندارد، شما اگر بچه ی خودتان را در خانه تربیت نکردید، یا اگر بچه نیاوردید، یا اگر تارهای فوق العاده ظریف عواطف او را که از نخ های ابریشم ظریف تر است، با سرانگشتان خودتان باز نکردید تا دچار عقده ی عاطفی نشود، هیچ کس دیگر نمی تواند این کار را بکند، نه پدرش و نه بطریق اولی دیگران، فقط

کار مادر است این کار ها، امّا آن شغلی که شما بیرون دارید، اگر شما نکردید، ده نفر دیگر آنجا ایستاده اند و آن کار را انجام خواهند داد، بنابراین اولویت با این کاری است که بدیل ندارد...» (پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری، آرشیو بیانات)

یکی از محققان جوان معاصر با طرح این موضوع که اشتغال زنان، منافی با سبک زندگی ایرانی اسلامی است، می نویسد: « در خانواده، با خنثی کردن اثر محوری مرد و متزلزل کردن جایگاه او، بی تعهدی به همسر افزایش می یابد، تحقیقات نشان می دهد: بسیاری از مردان برای تسکین ناراحتی های ناشی از تحقیر شدن توسط همسرشان به سمت زنان دیگر سوق پیدا می کنند. مردانی که کمتر از همسرانشان درآمد دارند، پنج برابر بیشتر به سمت ارتباط با زنان دیگر گرایش دارند، و از طرفی زنانی که به همسرانشان وابستگی مالی دارند تا ۷۵درصد بیشتر از زنان مستقل به خانواده و همسرشان وفادار می مانند. از طرفی، احساس وفاداری مرد به خانواده و احساس فداکاری او برای همسرش با میزان وابستگی همسر به او نسبت مستقیم دارد یعنی هرچه زن به مرد بیشتر اتکا کند، احساس وفاداری شوهر و فداکاری او برای خانواده بیشتر می شود و بالعکس» (برگرفته از وبلاگ شخصی دکتر وحید یامین پور)

۶. امانت داری

زن مسلمان باید بداند خانه ی شوهر و اموال او به عنوان امانت در دست او است، همچنان که عفت او امانتی است که باید در غیاب شوهر از آن پاسداری نماید. از امام رضا علیه السلام نقل شده است که فرمود: « هیچ چیزی برای یک مومن، پر فایده تر از همسر شایسته نیست، همان همسری که وقتی مرد به او نگاه می کند شاد و مسرور می گردد، و وقتی که در کنار او حضور ندارد، همسر شایسته اش هم عفت خود را حفظ می کند و هم اموال شوهرش را پاسداری و محافظت می کند.» (حرّعاملی، وسائل الشیعه، ۳۹/۲۰) با توجه به اینکه زنان غالبا تحت تاثیر احساسات و عواطف قرار می گیرند، و گدایان حرفه ای و جادوگران حقه باز و دعانویسان دروغگو می توانند به بهانه ی ایجاد محبّت بیشتر بین زن و شوهر، و بهانه های دیگر، عواطف زنان را تحریک کنند و قسمتی از مال شوهر را از آن ها بگیرند، لذا در روایات این تذکر داده شد تا زنان مواظب این شیّادان باشند و در نگهداری اموال شوهر، کوشش و مراقبت بیشتری کنند. (مصطفوی، بهشت خانواده ۳۹/۱)

۷. پرهیز از چشم و همچشمی

بانوی عاقل و پرهیزگار همواره باید شکرگزار داشته های خود باشد، شوهر خوش اخلاق و مهربان، خانه ی محقّر پر از لطف صفا، فرزندان شایسته و ...، او هیچگاه نباید با چشم دوختن به داشته های دیگران، زندگی آرام و آسوده ی خود را به دست خویش ناآرام و مشوّش کند. زن با تدبیر، نباید با چشم و همچشمی، دل خرّم و سرزنده ی خود را غمگین و افسرده، و چهره ی شاداب و باطراوت خویش را زرد و پژمرده کند، و با بهانه گیری های مختلف و نق زدن های بی مورد، اعصاب شریک زندگی اش را بر هم بریزد، و در نتیجه: کانون گرم و با صفای خانواده را سرد و بی روح گرداند. امام صادق علیه السلام می فرماید: « برای تسکین خاطر خود، همواره به کسی نظر کن که بهره اش از نعمت های خداوند کمتر از توست، تا شکر نعمت هایی که خداوند به تو داده است را به جا آوری، و شایسته ی نعمت های بیشتر گردی.» (نوری، مستدرک الوسائل، ۶۴/۲)

۸. زن با ایمان باید شوهرش را بر همه ی مردان عالم ترجیح دهد و تمام تلاشش را برای رضایت او بکار گیرد، و بداند بهترین کسی که می تواند روز قیامت از او شفاعت کند، شوهرش می باشد. از رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم نقل شده است که فرمود: « اگر بنا بود به کسی دستور بدهم انسانی را سجده کند، (یعنی اگر سجده برای غیر خدا جایز بود)، به زنان دستور می دادم شوهرانشان را سجده کنند.» (طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۱۵) و در روایتی دیگر می فرماید: « بهترین زنان شما آن زنی است که وقتی از دست شوهرش خشمگین شود، یا شوهرش از دست او خشمگین شود، رو به شوهر کند و بگوید، دستم را در دست تو می نهم و خواب را به چشم خویش راه نمی دهم تا وقتی که از من راضی شوی.» (مجلسی، بحارالانوار، ۲۰۹/۱۰۳)، همچنین می فرماید: « در روز قیامت بهترین کسی که می تواند از زن شفاعت کند و باعث نجاتش شود، شوهر او می باشد.» (حرّعاملی، وسائل الشیعه، ۲۲۲/۲۰)

۹. زن عاقل دوراندیش هیچگاه به شوهرش اهانت نمی کند، او را سرزنش نمی کند و از زندگی با او گله مند نمی شود، امام صادق علیه السلام می فرماید: « هر زنی که با زبانش شوهر آزاری کند، تا زمانی که شوهرش را از خود راضی نکند، خداوند هیچ توبه و کفاره و نیکوکاری را از او نمی پذیرد، گرچه روزها روزه بگیرد، و شب ها برای عبادت بیدار بماند.» (طبرسی، مکارم الاخلاق، ص ۲۱۴) و فرمود: « هر زنی که به شوهرش بگوید: من هرگز از زندگی مشترک با تو خیری ندیده ام، با همین یک جمله، تمام کارهای نیک این زن، از بین می رود»(همان ص ۲۱۵)

۱۰. زن با ایمان باید فامیل و بستگان شوهر، خصوصا پدر و مادر او را گرامی بدارد. و بداند همانگونه که پدر و مادر او برای به ثمر نشستن اش خون دلها خورده اند و سختی های زیادی را متحمل شده اند، پدر و مادر شوهرش نیز برای پرورش فرزندشان زحمت ها کشیده اند و الان که به ثمر نشسته است انتظاراتی از او دارند که باید برآورده شود.

نتایج

خانواده سنگ اوّل بنای اجتماع است، که سعادت و شقاوت جوامع، ارتباط مستقیم با آن دارد.

- اسلام خانواده را کانون اخلاقی جامعه می داند و معتقد است نوع تربیت و ارتباط حاکم بر خانواده ها، به وجود آورنده ی تربیت و ارتباط بین افراد جامعه است.
- از نگاه اسلام، خانواده ها باید کانون عشق و مودّت و یکرنگی باشند.
- امروز در بسیاری از کشورهای غربی، چیزی به نام خانواده وجود ندارد، یا اگر هست از نابسامانی های فراوانی رنج می برد.
- متاسفانه غالب کشورهای مسلمان با وجود برخورداری از سبک اصیل اسلامی مخصوصا در زمینه ی ارتباطات خانوادگی، مجذوب فرهنگ سست و بی اساس غرب شده و از سبک زندگی اسلامی فاصله گرفته اند.
- برای به دست آوردن سبک زندگی اسلامی باید ارتباطات درون خانواده ای و برون خانواده ای مورد بحث و بررسی قرار گیرد.
- برای ایجاد آرامش در خانواده و تحقق سبک زندگی اسلامی در آن، زن و شوهر که هسته ی اولیه خانواده را تشکیل می دهند باید به توصیه های دین در امر شوهرداری و همسرداری توجه و عمل نمایند.

منابع و مآخذ بعد از قرآن کریم

۱. ابن شعبه الحرّانی، حسن بن علی ،تحف العقول عن آل الرسول، چاپ دوّم، قم، موسسه نشر اسلامی، ۱۳۶۳ هجری شمسی
۲. ابوالفرج اصفهانی، الأغانی، الطبعۀ الرابعۀ، دارالکتب العلمیه، بیروت، ۱۴۲۲ هجری قمری
۳. اربلی، علی بن عیسی، کشف الغمۀ فی معرفۀ الائمۀ، چاپ دوم، منشورات الشریف الرضی، قم، ۱۴۲۱ هجری قمری.
۴. آمدی، غرر الحکم و درر الکلم، ترجمه و تحقیق، سید هاشم رسولی محلاتی، چاپ اوّل، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۷۷ هجری شمسی
۵. امینی ،ابراهیم، آیین همسرداری، چاپ دهم، انتشارات اسلامی، قم، ۱۳۶۸ش
۶. بهشتی، احمد، ضرورت و اهمیّت تشکیل خانواده، برگرفته از سایت مرکز اسلامی واشنگتن

۷. حرّ عاملی، محمد بن الحسن، چاپ اول، موسسه آل البیت، قم، ۱۴۱۲ هجری قمری
۸. حسینی عاملی،محمد بن الحسن،المواعظ العددیة، چاپ اول، طلیعة النور، قم، ۱۳۸۴ش.
۹. خامنه ای، سید علی، پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری، تهران
۱۰. دیلمی، حسن بن محمد، ارشاد القلوب، چاپ دوّم، منشورات الشریف الرضی، قم، ۱۳۶۸ هجری شمسی
۱۱. رضی، سید محمد بن حسین، دیوان الشریف الرضی، چاپ اوّل، منشورات الرضی، قم، ۱۴۱۰ هجری قمری
۱۲. رضی، محمد بن الحسین، نهج البلاغة، ترجمه ی دشتی، چاپ دوم، نشر امام علی، قم، ۱۳۶۹ش.
۱۳. سمرقندی، نصر بن محمد، تنبیه الغافلین بأحادیث سید الانبیاء و المرسلین، بیروت، بی تا.
۱۴. طهماسبی، علی، آرامش در سایه ازدواج، چاپ دوّم، ستاد نماز جمعه فسا، ۱۳۹۱ هجری شمسی
۱۵. فرید تنکابنی، مرتضی، نهج الفصاحه، چاپ نهم، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۸۱ هجری شمسی
۱۶. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، چاپ سوم، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۷۵ هجری شمسی
۱۷. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، چاپ چهارم، انتشارات کتابچی، تهران، ۱۳۷۳ هجری شمسی
۱۸. محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، چاپ اوّل، انتشارات دارالحدیث، قم، ۱۴۱۶ هجری قمری
۱۹. مصطفوی، سید جواد، بهشت خانواده، چاپ شانزدهم، انتشارات دارالفکر، قم، ۱۳۸۰ هجری شمسی
۲۰. مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، چاپ چهارم، انتشارات صدرا، تهران، ۱۳۸۷هجری شمسی
۲۱. نوری، میرزا حسین، مستدرک الوسائل، چاپ اوّل، موسسه آل البیت، قم، ۱۴۰۷ هجری قمری