



نقش معنویت بر نظام سلامت خانواده از دیدگاه اسلام

پذیرش مقاله: ۹۸/۳/۱۰

دریافت مقاله: ۹۶/۱۱/۳

افسانه بختیاری (PhD)^۱

فاطمه باکویی (PhD)^۲

سید جلیل سیدی اندی (PhD)^۲

هاجر پاشا (PhD)^{۲*}

۱. مرکز تحقیقات اختلال حرکت، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران.

۲. مرکز تحقیقات بهداشت باروری و ناباروری، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران.

۳. مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران.

*نویسنده مسئول: هاجر پاشا

بابل، خیابان گنج افروز، دانشگاه علوم پزشکی بابل، دانشکده پرستاری و مامایی، گروه مامایی.

تلفن: +۹۸ ۱۱ ۳۲۱۹۵۳۱۳

فاکس: +۹۸ ۱۱ ۳۲۱۹۹۹۳۶

Email: dhajarpasha@gmail.com

چکیده

سابقه و هدف: موفقیت خانواده در سایه سلامت معنوی شکل می‌گیرد. یادگیری آموزه‌های روانشناختی، تربیتی و اخلاقی در اسلام موجب ارتقاء و تعمیق سلامت معنوی افراد خانواده می‌گردد. در این راستا مقاله حاضر ابتدا ویژگی‌های خانوادگی دارای سلامت معنوی را شرح می‌دهد و در ادامه به عوامل موثر بر توانمند نمودن خانواده می‌پردازد.

مواد و روش‌ها: این یک مطالعه مروری است که با بررسی منابع علمی و مقالات چاپ شده در پایگاه‌های علمی معتبر از سال ۲۰۱۱-۲۰۱۷ و نیز با استفاده از قرآن کریم و احادیث انجام گردید.

یافته‌ها: سلامت معنوی با مفهوم شناخت خالق، دوست داشتن او و تلاش برای قرب به او می‌تواند زمینه‌های بروز احساسات، دوست داشتن، کمک به دیگران، داشتن هدف اساسی و تجربه کمال و آرامش در زندگی را فراهم سازد و بدین گونه با ارتباط یکپارچه بین افراد خانواده، ثبات در زندگی را مهیا سازد. وقتی سلامت معنوی به خطر بیفتد فرد ممکن است دچار اختلالات روحی مثل احساس تنهایی، افسردگی و از دست دادن معنا در زندگی شود که خود می‌تواند سازگاری در زندگی را با مشکل مواجه کند. توانمندسازی به مفهوم قادر ساختن فرد برای غلبه بر هر گونه وضعیت مشکل آفرین در زندگی، با ارتقای سلامت معنوی افراد امکان پذیر می‌گردد.

نتیجه‌گیری: برخورداری از سلامت معنوی، فضایی را در خانواده ایجاد می‌کند که پدر، مادر و سایرین می‌توانند احساسات و باورهای دینی‌شان را در آن رشد و پرورش دهند و این موجب پایداری و توانمندسازی بیشتر خانواده می‌شود. به همین دلیل برای ارتقاء هرچه بیشتر فرهنگ خانواده باید بر روابط، ساختار و فرایند حاکم بر خانواده تأکید داشت و راهکارهای دینی، برای پیشرفت آنان تدوین نمود.

واژه‌گان کلیدی: خانواده، معنویت، سلامت معنوی، سلامت خانواده

مقدمه

در نظام تعلیم و تربیت اسلامی و در راستای رسیدن انسان به سعادت و تقرب به خدا، مهم‌ترین هدف تربیتی، رشد شخصیت متعادل خانواده بر محور معنویت و افزایش سلامت معنوی است؛ که بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی، اجتماعی و معنوی افراد تأثیرگذار است. از دیدگاه اسلامی درحقیقت سلامت معنوی را می‌توان شناخت خالق، دوست داشتن او و تلاش برای قرب به او تبیین کرد که می‌تواند زمینه‌های دیگری نظیر احساسات، دوست داشتن و دوست داشته شدن، کمک به دیگران، تجربه‌ی لذت بردن از زندگی، داشتن یک هدف اساسی در زندگی و تجربه کمال و آرامش زندگی را در برگیرد (۱).

به‌طور کلی سلامت معنوی، ارتباط هماهنگ و یکپارچه را بین افراد خانواده فراهم می‌کند و با ویژگی‌های ثابت در زندگی، صلح تناسب و هماهنگی، احساس ارتباط نزدیک با خویش، خدا، جامعه و محیط مشخص می‌شود. سلامت معنوی نیروی یگانه‌ای است که ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی را هماهنگ می‌کند و برای سازگاری با هدف نهایی تعلیم و تربیت و سعادت ابدی نقش بسیار مهمی دارد. وقتی سلامت معنوی به خطر بیفتد، فرد ممکن است دچار اختلالات روحی مثل احساس تنهایی، افسردگی و از دست دادن معنا در زندگی شود که خود می‌تواند سازگاری در زندگی، بویژه حیات جاوید فرد را با مشکل مواجه کند (۲).

از ارکان سلامت معنوی، نوع ارتباطات ضابطه‌مند افراد خانواده است. لذا سنگ بنای روابط اعضای خانواده باید به گونه‌ای نهاده شود که عملکرد مطلوب خانواده و ارتقای سلامت معنوی اعضای آن را به دنبال داشته باشد (۳). از این روی است که در دیدگاه اسلامی، خانواده محبوب‌ترین نهاد بشری در نزد خداوند در فرهنگ اسلامی است که مسیر سعادت و سلامت دنیوی و اخروی انسان‌ها را تضمین می‌کند. عملکرد خانواده، عامل کلیدی در تعیین وضعیت سلامت و آسیب اعضای خانواده از بعد جسمانی، اجتماعی، روانی و اخلاقی است (۱). بر اساس مطالعات مختلف، ناسالم بودن خانواده با پیامدهای گسترده و درازمدت برای اعضای خود همراه است. اعضای این قبیل خانواده‌ها نشانه‌های معنادار افسردگی، اضطراب و پریشانی روانی بیشتری را تجربه می‌کنند (۲)، از سلامت عمومی پایین‌تر، ضعیف بودن سیستم ایمنی بدن و برانگیختگی‌های قلبی-عروقی بیشتری برخوردارند، رفتارهای آسیب‌زای فردی و اجتماعی بیشتری را نشان می‌دهند و در زندگی زناشویی خود از احتمال بیشتری برای بی وفایی و طلاق برخوردار هستند. این وضعیت نه تنها برای وضعیت فعلی خانواده تهدید کننده است، بلکه پیامدهای منفی و آشفتگی‌های دراز مدت و نهفته‌ای را برای فرزندان و نسل آتی به دنبال خواهد داشت و سلامت فردی و اجتماعی را به شدت تهدید می‌کند (۴).

آن‌ها، شناخت بهتر آنان نسبت به هم، همکاری و همدلی بیشتر آن‌ها خواهد شد (۵). عواملی که بواسطه سلامت معنوی موجب توانمندسازی خانواده‌ها می‌شود، شرح زیر است:

۱- همدلی و قدرشناسی: توانمندسازی خانواده‌ها با همدلی و قدرشناسی از زحمات یکدیگر امکان‌پذیر است. برای مثال زمانی که یکی از اعضای خانواده مثلاً پدر نگران باشد، همسر او می‌تواند با یک مدیریت درست این نگرانی و اضطراب را برطرف کند. مردی خدمت رسول خدا (ص) آمد و عرض کرد: همسری دارم که هر گاه وارد خانه می‌شوم به استقبال می‌آید و چون خارج می‌شوم بدرقه‌ام می‌کند و زمانی که مرا اندوهگین می‌بیند، می‌گوید: اگر برای روزی غصه می‌خوری، بدان که خداوند متعال آن را بعهدہ گرفته است و اگر برای آخرت غمگین هستی، خداوند اندوهت را زیاد کند (بیشتر به فکر آخرت باش). رسول خدا (ص) فرمود: خداوند در روی زمین عاملان و کارگزارانی دارد و این زن یکی از عاملان و کارگزاران خداست، او نصف پاداش شهید را دارد (۶).

یکی دیگر از اصول اخلاقی که در رشد و تعالی شخصیت و استحکام روابط بین اعضای خانواده و در نتیجه در توانمندسازی خانواده نقش دارد، خصلت ق‌دردانی و سپاسگزاری نسبت به خدمات اعضای خانواده است. در آموزه‌های دینی، اعتقاد بر این است که تشکر از دیگران، تشکر از خداست. بنابراین، کسی که از دیگران تشکر نکند، مانند این است که از خدا تشکر نکرده است. رسول خدا (ص) می‌فرماید: "کسی که از دیگران در برابر خدمات و نیکی‌هایشان تشکر نکند مانند این است که از خدا تشکر نکرده است" (۷). در روایتی از امام سجاد (ع) است که: خداوند در روز قیامت، به بنده‌اش می‌گوید: "آیا از فلان کس در برابر خدمات و نیکی‌هایش تشکر کردی؟" او می‌گوید: پروردگارا من از تو تشکر کردم، آنگاه خداوند می‌فرماید: "چون از او سپاسگزاری نکردی، از من هم سپاسگزاری نکرده‌ای". آنگاه امام سجاد (ع) می‌فرماید: "شکرگزارترین شما در برابر خداوند همان شکرگزارترین شما در برابر مردم است" (۸). امام رضا (ع) می‌فرماید: "هر که از مردم در قبال خوبی آن‌ها تشکر نکند، از خدای تشکر نکرده است" (۹). در برخی از روایات، تصریح شده که از چه کسانی باید تشکر کنیم و بیان شده که تشکر از پدر، مادر و معلم و هر کسی که به نحوی برای انسان خدمتی انجام داده است، لازم است. امام رضا (ع) می‌فرماید: "کسی که از پدر و مادرش تشکر نکند، از خدا تشکر نکرده است" (۱۰). اعضای خانواده باید توجه داشته باشند که کوچکترین کلمه تشکر و ق‌دردانی که بر زبان جاری می‌شود، بزرگترین و عمیق‌ترین آثار روانی را در طرف مقابل از خود به‌جا می‌گذارد. در نتیجه ق‌دردانی و سپاس از زحمات دیگران و مخصوصاً اعضای خانواده از یکدیگر در توانمندسازی خانواده نقش مهمی دارد.

۲- تدبیر امور منزل: خانواده یک نهاد اجتماعی است. در هر نهاد اجتماعی، کارها بر اساس همکاری و تعاون پیش می‌رود و اگر برخی از اعضا همکاری نکنند، آن نهاد دچار اختلال و آشفتگی خواهد شد. در اسلام، وظیفه مدیریت کلان خانواده بر عهده مرد و اداره درون خانه بر عهده زن است. از پیامبر اکرم (ص) روایت شده است: "هر یک از فرزندان آدم، فرمانروای مرد فرمانروای اهل و عیال خویش و زن فرمانروای خانه خویش می‌باشد" (۱۱). مردها به حکم آن که سرپرست خانواده‌اند و وظیفه دارند هزینه و مخارج اعضای خانواده را تأمین کنند، به‌طور معمول روزها در بیرون خانه به‌سر می‌برند. در این وضعیت اگر زن کارهای خانه را انجام ندهد کارها روی همدیگر انباشته می‌گردد و امور خانه را

البته آنچه از خود تشکیل خانواده مهم‌تر است، موفقیت در امر ازدواج و احساس خوشبختی افراد خانواده و بهداشت روانی آن‌ها است که همه آن‌ها در سایه سلامت معنوی شکل می‌گیرد. بر اساس آیات و روایات تحقق این موفقیت‌ها و سلامت معنوی، مبتنی بر آموزه‌های ویژه‌ای است که افراد خانواده باید آن‌ها را بیاموزند. آن موقع است که سلامت معنوی می‌تواند برای بهبود کیفیت زندگی مشترک اعضای خانواده و نیز حمایت‌های بین فردی سودمند باشد (۳). با توجه به اهمیت نقش سلامت معنوی در توانمندی خانواده و فراهم‌سازی نیل به کمال و رضوان الهی، در متون دینی به آموزه‌های روانشناختی، تربیتی و اخلاقی بسیار اشاره شده است که یادگیری آنان می‌تواند ارتقاء و تعمیق سلامت معنوی افراد خانواده را به دنبال داشته باشد. از این روی مقاله حاضر ابتدا به شرح سلامت معنوی و عوامل موثر توانمندسازی خانواده می‌پردازد؛ سپس در ادامه، ویژگی‌های خانواده‌ی دارای سلامت معنوی شرح داده خواهد شد.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک پژوهش کاربردی است که با استفاده از روش پژوهش کیفی از نوع تحلیل محتوای استقرایی انجام گردید. در این مطالعه، به تبیین مطالب مرتبط با سلامت معنوی در خانواده و استخراج مضامین بر اساس آیات قرآن و روایات معصومین (ع) پرداخته شده است. منابع مورد استفاده شامل قرآن کریم، نهج البلاغه، کتاب‌های دینی، مقالات و متون اسلامی و نیز نرم‌افزار ۱۷۰۰۰ حدیث نور می‌باشد. جستجوی منابع بدون محدودیت و به زبان‌های فارسی و انگلیسی صورت گرفت.

یافته‌ها

سلامت معنوی کمک شایانی به حفظ بنیان و سلامت خانواده، در تمام ابعاد سلامتی می‌نماید. پرورش و تقویت معنویت می‌تواند با توانمند ساختن افراد خانواده، آنها را قادر به غلبه بر موانع پیشرفت سازد و موجب شود آنها با انجام فعالیت‌هایی در تعیین سرنوشت خود مسلط شوند. فرایند توانمندسازی فرد را قادر می‌سازد تا با مدیریت مناسب بر هر گونه وضعیت مشکل‌آفرین غلبه کند و به موانع و مشکلات به عنوان بخشی از زندگی با مبارزه مثبت نگاه کند. در نهایت توانمندساختن، افراد را قادر می‌سازد انرژی غلبه بر اکثر موانع ذهنی و مشکلات بیرونی را در زندگی شخصی فراهم نمایند (۳).

سلامت معنوی و توانمندسازی خانواده

سلامت معنوی فضایی را در خانواده ایجاد می‌کند که پدر و مادر و سایرین می‌توانند احساسات و باورهای دینی‌شان را در آن رشد و پرورش دهند و این باعث پایداری و توانمندسازی بیشتر خانواده می‌شود. به همین دلیل برای ارتقاء هر چه بیشتر فرهنگ خانواده باید بر روابط، ساختار و فرایند حاکم بر خانواده تأکید داشت و راهکارهای دینی، برای پیشرفت آنان تدوین نمود. بدیهی است هر خانواده‌ای در طول مسیر رشد و زندگی خود، بعضاً دچار شرایط بحرانی می‌شود. مشکلاتی از قبیل بیکاری و مشکلات اقتصادی، بیماری، تنش‌های ناشی از کار و بحران‌های عاطفی از جمله چیزهایی هستند که اگر تمام اعضای خانواده برای حل آن‌ها به یکدیگر کمک کنند، روابطشان مستحکم‌تر از قبل خواهد شد. سختی‌ها و ناملایماتی که اعضای یک خانواده پشت سر می‌گذارند، باعث تقویت روابط بین

اعلام می‌کند (۱۶). بنابراین تحکیم باورهای دینی در اعضای خانواده، راه بسیار مؤثری برای توانمندسازی خانواده است.

۵- روابط و حرمت‌ها: نقش روابط اعضای خانواده در شکل‌گیری استحکام خانواده و کارایی آن کاملاً روشن است. در نگرش اسلامی تمام افراد خانواده موظفند، با توجه به اصل «احترام متقابل» و «صمیمیت» و با رعایت حرمت‌ها و حریم‌های شخصی با یکدیگر تعامل داشته باشند. وجود ارتباطات شایسته و مهربانانه در خانواده نماینده سلامت و کمال یک خانواده و در نتیجه توانمند شدن آن است (۱۶). قرآن کریم شفقت و مهربانی نسبت به خانواده را از خصوصیات اهل بهشت بر می‌شمارد و می‌گوید: "گفتند ما پیش از این در میان خانواده خود با شفقت و مهربان بودیم" (۱۷). پیامبر اکرم (ص) نیز در رابطه با برقراری رابطه مبتنی بر مهر و محبت میان اعضای خانواده فرموده‌اند: "از همه‌ی افراد با ایمان، ایمان آن کسی راستین و کامل‌تر است که اخلاق و منش او نیکوتر و نسبت به خانواده خود پر مهرتر باشد" (۱۸).

تعاملات در محیط خانواده در سه سطح «والدین با یکدیگر»، «والدین با فرزندان» و «فرزندان با یکدیگر» قابل بررسی است.

الف- روابط انسانی و مؤدبانه والدین با همدیگر: روابط انسانی والدین با هم نقش بسیار مهمی در توانمندسازی خانواده دارد. در چنین خانواده‌ای تمام وظایف و مسئولیت‌ها بر عهده یک فرد نیست، بلکه وجود یک تیم مدیریتی متشکل از پدر و مادر مسئول اداره امورات خانه است. برقراری رابطه‌ای عاشقانه همراه با حفظ حریم و حرمت همدیگر، گذشت و ایثار در حین بروز مشکلات و مسائل روزمره نوید بخش پیوندی مستحکم است که بنیان خانواده را تحکیم می‌بخشد و نتیجه‌ی آن آرامش در زندگی و رشد و شکوفایی فرزندان سالم و شایسته است (۱۹). پروردگار متعال در قرآن کریم یکی از نشانه‌های خود را وجود مودت و رحمت میان زن و شوهر ذکر می‌کند (۲۰). همچنین، در جایی دیگر آن‌ها را به لباس یکدیگر تشبیه می‌کند: "زنان شما لباس شما هستند و شما لباس آن‌ها هستید" (۲۱).

زن و شوهر باید پوشاننده عیب‌ها و برآورنده نیازها و کاستی‌های یکدیگر باشند. استمرار روابط مطلوب و رضایت‌بخش والدین از وظایف مهم آن‌ها است و ملاک مطلوبیت این روابط بر اساس آیات قرآن «معاشرت به معروف: (با آنان، به طور شایسته رفتار کنید)" (۲۲). رفتار مناسب با همسر بر درجه ایمان مرد دلالت دارد. از زنان نیز خواسته شده است که در حد توان خود، رضایت همسر را در همه جوانب زندگی جلب کنند. به‌عنوان نمونه صبر و بردباری زن در مشکلات و تحمل نکردن رفتارهایی به شوهر و همراهی او در مشکلات اجتماعی و اقتصادی می‌تواند موجب تحکیم روابط مطلوب بین آن‌ها شود (۲۳).

ب- روابط والدین و فرزندان: درباره لزوم احترام متقابل میان فرزندان و والدین آیات و روایات بسیار زیادی در اسلام وجود دارد که این امر نشان‌دهنده تأکید زیاد اسلام بر نقش انسان‌ساز خانواده است. به‌عنوان مثال در برخی از آیات قرآن کریم، نیکی به والدین و برقراری رفتاری شایسته با آن‌ها به‌طور مستقیم پس از دستور به یکتاپرستی و عبادت پروردگار آمده است "جز خداوند یگانه را پرستش نکنید و به پدر و مادر نیکی کنید" (۲۴). و در برخی دیگر از آیات، امر به سپاس والدین پس از امر به سپاس آفریدگار هستی آمده است "برای من و پدر و مادرت شکر به جا آور" (۲۵). در مسائل اقتصادی خداوند متعال کمک به والدین را بر دیگران مقدم می‌دارد. خداوند می‌فرماید: "از تو سؤال می‌کنند که چه چیز انفاق کنیم؟

مختل می‌کند و کم‌کم شیرازه خانه از هم می‌پاشد؛ از این‌رو، ضروری است که خانم‌ها کارهای داخل خانه را انجام دهند و شوهر را در اداره خانه یاری کنند. در زندگی امروزی که زنان نیز مسئولیت حداقل تامین بخشی از هزینه‌ی خانواده را بر عهده دارند، بر عهده‌ی مرد است که در انجام کارهای خانه مشارکت لازم را داشته باشد. این همان دستورالعملی است که از زندگانی علی (ع) و فاطمه زهرا (س) می‌آموزیم. امام صادق (ع) از پدر بزرگوار خود نقل می‌کنند که فرمودند: "فاطمه (س) از پیامبر اکرم (ص) درخواست کردند که کارهای خانه را میان او و همسرش تقسیم کنند. ایشان کارهای داخل خانه را به فاطمه (س) و کارهای بیرون خانه را به علی (ع) واگذار کرد. حضرت زهرا (س) پس از این قضاوت پیامبر اکرم فرمود: کسی جز خدا نمی‌داند از این که پیامبر (ص) مرا از رنج معاشرت با مردان معاف داشت، چقدر خوشحال شدم" (۱۲).

رسول خدا (ص) در مورد مزد زانی که در خانه کمک‌کار شوهر باشند فرمودند: "هر زنی در خانه شوهر به منظور اصلاح امور خانه، چیزی را جابجا کند، خداوند به او نظر رحمت می‌کند و کسی که خدا به او نظر کند عذابش نخواهد کرد" (۱۳).

کار زن در خانه، برای اداره هر چه بهتر خانه و کمک‌رسانی به همسر در مدیریت خانواده، امری بسیار مطلوب و حیاتی است و در توانمندسازی خانواده نقش بسیار مهمی دارد. همچنین اخلاق اسلامی حکم می‌کند که مردها، همسران خود را در انجام کارهای خانه کمک کنند و آنان را در انجام وظایف مربوط به مدیریت داخل منزل یاری رسانند. پیامبر اکرم (ص) به علی (ع) چنین توصیه می‌فرماید: "یا علی کسی که خدمت به خانواده را ننگ نداند و به خانواده خود خدمت کند، بدون حسابرسی وارد بهشت می‌شود" (۱۴).

۳- متعهد بودن: تمامی اعضای خانواده نسبت به همدیگر احساس مسئولیت می‌کنند. نکته مهم و بارز برای خانواده این است که در سختی‌ها و دشواری‌های زندگی، در صدد برطرف کردن مشکلات به یکدیگر کمک کنند. یکی از این احساس مسئولیت‌ها در بین اعضاء خانواده، پایبند بودن به سلامت معنوی است. سلامت معنوی، شامل هر گونه فعالیت یا مراسم خاصی می‌شود که اجرا و انجام آن برای خانواده مهم و با ارزش باشد. این معنویت می‌تواند حتی در قالب دعا باشد (۱۵). از آنجا که این‌گونه آداب معنا و مفهوم خاصی برای هر یک از اعضای خانواده دارد، می‌تواند باعث صمیمیت، نزدیکی و محبت بیشتر آنان نسبت به یکدیگر شود. سلامت معنوی می‌تواند احساس امنیت، ثبات و پایداری را بین افراد خانواده قوت بخشد و توانمندسازی خانواده را تقویت نماید.

۴- روابط خانوادگی: طی قرن‌ها، عمیق‌ترین روابط انسانی، روابط بین اعضای خانواده است. به همین جهت می‌توان گفت نقش خانواده در ابعاد مختلف بهداشت روانی، سلامت شخصیت و توانمندسازی از سایر عوامل مهم‌تر و مؤثرتر است. خانواده‌های توانمند با یکدیگر روابطی پایدار و مستحکم دارند، در صورت بروز اختلاف در بین افراد خانواده، سلسله مراتب اعضای خانوادگی را مراعات می‌کنند. در آموزه‌های اسلام، خانواده سالم و کارآمد را مشروط به رعایت مراتبی از سوی اعضا می‌داند که مرتبه اول والدین نسبت به فرزندان و لزوم نوعی اقتدار برای آنهاست. از آنجا که مسئولیت اداره فرزندان و پرورش آن‌ها بر عهده پدر و مادر است، در موقع بروز اختلاف و تشخیص مصالح، نظر والدین در اولویت قرار دارد. بر همین اساس، متون اسلامی اهتمام بسیاری به لزوم احترام والدین دارد؛ به طوری که حتی عبادات مستحب را در صورت ناخشنودی والدین بی‌ثمر و نادرست

گیرد (۳۱). قرآن کریم می‌فرماید: در خانه‌ای که در آن الفت و راز و نیاز با خدا باشد برکت و محبت خداوند است. "فی بیوت اذن الله ان ترفع و يذكر فيها اسمه يسبح له فيها بالغدو والآصال، رجال لاتلهيهم تجارة ولا بيع عن ذكر الله و اقام الصلاة و ايتاء الزكوة يخافون يوماً تتقلب فيه القلوب والابصار" (۳۲). ایمان به خدا و راز و نیاز با او، به انسان امید و توان می‌دهد و انسان احساس می‌کند به پناهگاهی مطمئن و قدرتمند متکی است. از این‌رو، احساس نشاط و توانمندی می‌کند. اگر ارتباط انسان با منبع عظمت و رحمت الهی قطع گردد احساس دل‌تنگی و نگرانی در او ایجاد می‌شود و به بیماری روانی گرفتار می‌آید. و اگر انسان بخواهد در زندگی روزمره با روانی شاداب و روحیه‌ای بالا با مشکلات زندگی مواجه شود و با امید و اطمینان آن را ادامه دهد باید به ذکر خدا در قالب نماز و دعا پناه ببرد و از آثار روانی و معنوی آن برخوردار شود (۳۳).

حضرت علی (ع) می‌فرماید: "پروردگارا تو از هر مونس‌ی برای دوستان مونس‌تری و از همه آن‌ها برای کسانی که به تو اعتماد کنند، برای کارگزاری آماده‌تر. پروردگارا آنان را در باطن دلشان مشاهده می‌کنی و در اعماق ضمیرشان بر حال آنان آگاهی، میزان معرفت و بصیرتشان را می‌دانی، رازهای آنان نزد تو آشکار است و دل‌های آنان در فراق تو بی‌تاب. اگر تنهایی سبب وحشت آنان گردد، یاد تو مونس آنهاست و اگر سختی‌ها بر آنان فرو ریزد به تو پناه می‌برند" (۳۴). روانشناسان و روان‌کاوان بزرگ همواره به این حقیقت اشاره کرده‌اند و ایمان به خدا را اساس پیشگیری و معالجه بیماری روانی می‌دانند. برخی معتقدند دین راستین از دو جهت در سلامت روانی و پرورش شخصیت سالم در فرد مؤثر است، یکی از آن جهت که هدف زندگی را مشخص می‌کند و به زندگی معنا می‌بخشد. دوم از آن جهت که آموزه‌های دینی، خیر، ارزشمندی، اخلاق و مسئولیت در برابر خود و دیگران و از جمله اعضای خانواده را تقویت می‌کنند و برخی دیگر دینداری واقعی را دارای آثار با ارزشی می‌دانند از جمله گسترش حیات انسانی از زندگی موقت دنیا به زندگی دایمی آخرت، ارتباط با خدا و پیوند دوستانه با رحمت و قدرت نامحدود او، ارتقای سلامت روان، پرورش روح معنویت، اخلاق، خلوص، مهرورزی، نیایش، شکیبایی و دیگر صفات بر جسته انسانی. زندگی سالم خانوادگی و اجتماعی افراد با سلامت روان و معنوی برخاسته از عمل به آموزه‌های دینی، تأمین می‌گردد. توانایی هر خانواده بستگی به میزان نقش معنویت‌شان دارد، هر چه معنویت‌شان بیشتر باشد توانایی‌شان افزایش می‌یابد (۳۵). محققین در مطالعات خود نشان داده‌اند که آموزه‌های دینی با تغییر سبک زندگی و سازمان‌دهی روابط بین فردی و سلامت اخلاقی و معنوی همبستگی دارد. پایداری عملی به باورهای مذهبی با دستگاه عصبی- روانی انسان رابطه داشته و باعث افزایش سلامت روانی و اخلاقی در افراد می‌شود. این پژوهشگران دیدگاهی روانی- اجتماعی را برای توجیه رابطه بین مذهب و سلامت روان پیشنهاد کرده‌اند (۳۶). Chittick (۲۰۱۴) می‌نویسد "هنگامی که کارهای سنگین، قوای ما را از بین می‌برد و اندوه‌ها هر نوع اراده‌ای را از ما سلب می‌کند و بیشتر اوقات که درهای امید به روی ما بسته می‌شود، به سوی خدا روی می‌آوریم. ولی چرا باید بگذاریم روح یأس و ناامیدی بر ما چیره شود؟ می‌توان همه روزه به وسیله نیایش و دعا و به جای آوردن حمد و ثنای خداوند، قوای خود را تجدید کنیم" (۳۷).

۲. مسئولیت پذیری: خانواده یک واحد کوچک اجتماعی است که در واقع بنیان اجتماع بزرگ را تشکیل می‌دهد. اعضای این واحد کوچک هر کدام مسئولیت‌های

بگو: از بهترین اموال و آنچه اتفاق می‌کنید، برای والدین باشد و برای خویشان و ایتام و راه‌مندگان" (۲۶). رسول خدا (ص) فرمودند: "انسانی که پنج دانه خرما، یا پنج دانه نان، یا پنج دینار، یا پنج درهم، در اختیار دارد و می‌خواهد آن را انفاق کند، بهتر این است که یا: ۱- به والدینش دهد ۲- و در مرتبه بعد، برای خود و خانواده‌اش خرج کند ۳- سپس به خویشاوندان فقیرش بدهد ۴- بعد به همسایگان مستمندش انفاق کند ۵- و در آخر فی سبیل‌الله (در کارهای خیر دیگر) خرج نماید و این مرتبه پنجم، کمترین اجرها را دارد" (۲۷).

نیکی و لطف به والدین و فروتنی و تواضع در برابر ایشان در قرآن بسیار آورده شده است. همچنین، دستورات، راهنمایی‌ها و سیره ائمه‌ی معصومین (ع) نیز تحت تأثیر قرآن مملو از ارزش‌گذاری بر رفتار شایسته‌ی فرزندان با والدین است. از سوی دیگر، نحوه‌ی برخورد والدین با فرزندان و نوع ارتباط برقرار کردن آن‌ها علاوه بر این که مقدمه لازم هر گونه آموزش و تربیت آنان می‌باشد، آن‌ها را برای زیستن در فضایی عاطفی همراه با حس مسئولیت جهت انجام وظایف و تکالیف فردی و اجتماعی خود آماده می‌سازد و نیز به گونه‌ای غیر مستقیم، نحوه برقراری ارتباط صحیح با همسالان و اطرافیان را به ایشان می‌آموزد (۲۸). خانواده‌ای که چنین ارتباط مستحکمی با هم دارند خانواده‌ای قوی و کارآمد هستند. به‌عنوان نمونه، پیامبر اکرم (ص) درباره لزوم رفتار عادلانه والدین نسبت به فرزندان فرموده‌اند: میان فرزندان‌تان به دادگری رفتار کنید؛ همان‌سان که دوست دارید آنان در نیکی و مهر با شما بر اساس عدالت رفتار کنند (۲۹). از این رو در آموزه‌های دینی، خانواده پیوند عمیقی با اخلاق و تربیت اسلامی دارد.

ج: آموزش نحوه برقراری ارتباطات شایسته با دیگران به فرزندان: آموزش این امر مهم مقدمه‌ای برای ورود فرزندان به فضای ارتباطی بین خود و خانواده است و باعث توانمند شدن اعضای خانواده خواهد شد. فرزندان با یادگیری نکات دقیق در مورد نحوه ایجاد یک ارتباط سالم با دیگران می‌توانند علاوه بر رفع بسیاری از مشکلات خود با یکدیگر و حل مسائل خود به گونه‌ای مشارکتی، کمک بزرگی به تسهیل کارها در خانواده باشند. مذاکره، همکاری، رقابت سالم، حمایت از یکدیگر موجب آموختن دوستی در میان خواهران و برادران می‌شود. در اسلام، روابط خواهران و برادران در بزرگسالی تحت عنوان صله رحم بیان می‌شود (۲۷). با وجود این، بر اساس اولویت خویشاوندان، در برقراری روابط مناسب خویشاوندان، روابط بین خواهران و برادران از اهمیت بیشتری برخوردار است. در روایتی از رسول خدا (ص) نقل شده: "ثواب صدقه دادن، ده برابر است و ثواب قرض دادن هیجده برابر، و صله دادن به برادران، بیست برابر و صله دادن به خویشاوندان، بیست و چهار برابر" (۳۰). این روایت دلالت دارد هر چه نسبت خانوادگی بهم نزدیک‌تر باشد در اولویت نزدیک‌تر قرار دارند و چنانچه روابط خانوادگی با همدیگر مستحکم‌تر باشد، توانمندی خانواده در سطح بالاتری خواهد بود. بطور کلی ویژگی‌های خانوادگی برخوردار از سلامت معنوی را می‌توان در چند مفهوم ایمان و خدا‌باوری، مسئولیت‌پذیری، حمایت اعضای خانواده از همدیگر، برخورداری از فضایل اخلاقی و پشتکار داشتن شرح داد.

۱. ایمان و خدا‌باوری: هدف اصلی آفرینش انسان، عبودیت در ظل معرفت الهی و تقرب حاصل از آن است. از آنجایی که انسان بنده خدا است و باید تمام عمر در پی انجام وظایف الهی و دستورات شرع مقدس اسلام باشد در زندگی باید شیوه‌ای را انتخاب کند که او را به مقام قرب الهی برساند. در اندیشه اسلامی هر کاری، از جمله تشکیل نهاد مقدس خانواده، باید در راستای عبودیت و تقرب الی‌الله قرار

متعددی را بر عهده دارند. پدر، مادر، خواهر و برادر هر کدام مسئولیت جداگانه‌ای را در محیط خانه به عهده دارند و می‌توانند در قبال مسئولیت‌شان ارائه دهنده نقش خاص خودشان باشند. قرآن مجید می‌فرماید: "یا ایها الذین آمنوا قوا انفسکم و اهلیکم ناراً و قودها الناس والحجارة..."؛ "ای کسانی که ایمان آورده‌اید خود و خانواده خود را از آتشی که هیزم آن انسان‌ها و سنگ‌هاست، نگه دارید" (۳۸). البته در این میان والدین نقش محوری‌تری در کانون مقدس خانواده دارند. آن‌ها می‌توانند با تعلیم و تربیت صحیح، آینده فرزندان خود را تضمین کرده و افراد صالحی تحویل اجتماع دهند. با توجه به اهمیت نقش والدین در خانواده، رسول اکرم (ص) فرمودند: "آگاه باشید که همه شما تا حدودی فرمانروا و نگهبان هستید و در مورد فرمانبرداران خویش مواخذ و مسئولید. زمامداران کشور فرمانروایان جامعه هستند و در برابر آنان مسئول، مرد که رئیس خانواده است، فرمانروای زن و فرزند خویش است و در برابر آنان مسئولیت دارد. زن بر کودکان خود فرمانروا و حاکم است و در برابر آنان مسئولیت دارد. آگاه باشید همه شما فرمانروا و نگهبان هستید و همه شما در مورد فرمانبرداران خویش مواخذ و مسئولید" (۳۹).

در حدیثی امام علی (ع) می‌فرماید: "علموا انفسکم و اهلیکم الخیر و ادبوههم"؛ "خود و خانواده خویش را نیکی بیاموزید و آن‌ها را ادب کنید" (۴۰). بنابراین خانواده در توسعه و رشد اعتقادات مذهبی، سلامت معنوی و شکل دادن شخصیت مذهبی کودک نقش برجسته‌ای دارد به ویژه در سال‌هایی که «خود مذهبی کودک» در حال رشد و شکل‌گیری است، نقش تقریباً انحصاری دارد و معمولاً در گرایش‌ها و تفکراتی که کودک در مراحل اولیه رشد کسب می‌کند مانند اعتقاد به امور غیر مادی، انسجام مراسم و مناسک و... نهاد خانواده در ایجاد و استقرار آن‌ها نقش اساسی دارد.

از منظر اسلام، انسان موجودی مسئول است، یعنی باید جوابگوی عملکرد خود باشد و در آنچه از او سر می‌زند بی‌اعتنا و سهل‌انگار نباشد، بلکه باید برای هر کاری دلیلی منطقی داشته باشد. بیان دستورهای دینی، اعم از واجب و حرام، در واقع بیان مسئولیت‌ها و تعهدهایی است که بر عهده انسان است و تذکر به وی در دستورات اسلامی کمکی است به او تا به نیکی از عهده مسئولیت‌ها برآید و اگر بر اساس آن عمل کند به راحتی از عهده پاسخ‌گویی به عملکردش بر خواهد آمد. آن‌گاه که اعضای خانواده در مقابل یکدیگر احساس مسئولیت کنند، به ادای وظایف و مسئولیت‌های خود پایبند باشند و از رفتارهای ناسالم اجتناب ورزند، در ازای اجرای وظایف خانوادگی وعده پاداش داده شده‌اند. توجه به این پاداش‌ها و نعمت‌هایی که فرد در جهان آخرت به آن می‌رسد و سبب آسایش وی در زندگی اخروی می‌شود، در فرد برای انجام دادن کار انگیزه ایجاد می‌کند و او را برای فعالیت و کسب نعمت‌ها و پاداش تشویق می‌کند (۴۱). در قرآن کریم آمده است: "شما و همسرانتان در نهایت شادمانی وارد بهشت می‌شوید. سینه‌ها از طلا و جام‌هایی از نقره در برابر آن‌ها می‌گردانند و در آنجا آنچه دل‌ها بخواهد و چشم‌ها از آن لذت ببرد، موجود است و شما در آن جاودانید، و این همان بهشتی است که به پاس اعمالی که انجام می‌دادید، وارث آن شدید" (۴۲). توسل به این آیه موجب ایجاد شوق و انگیزه مضاعف برای رفتار مناسب و متعادل در اعضای خانواده می‌شود و بدین ترتیب رفتارهای بهنجار خانواده کارآمد خواهد شد. در روایات در مورد پاداش پرستاری از بیمار آمده است، فردی که یک شبانه‌روز در کنار بیمار بماند خداوند او را با حضرت ابراهیم (ع) محشور می‌کند و او با سرعت برق از پل صراط می‌گذرد. همچنین اگر کسی غذای مناسب میل بیمار را تهیه و

به او بخوراند، خداوند از میوه‌های بهشتی روزی او خواهد کرد (۴۳). چنین تشویق‌هایی اعضای خانواده را بر می‌انگیزاند که حتی در شرایط دشوار با شوق و انگیزه، دیگر اعضای خانواده را یاری کنند. در چنین شرایطی هم فرد یاری‌دهنده احساس عاطفی مطلوب و مثبتی نسبت به خود و دیگر اعضای خانواده پیدا می‌کند، زیرا می‌داند حتی در صورتی که پاداش دنیوی دریافت نکند، از پاداش اخروی که بیشتر به آن نیاز دارد بی‌نصیب نخواهد ماند، و هم بیمار با احساس رضایت از یاری عضو دیگر خانواده‌اش به سرعت بهبود خواهد یافت. سپس او با احساس مسئولیت و ارتباط عاطفی عمیقی که بین خانواده برقرار خواهد کرد، سعی خواهد کرد در موقع نیاز اعضای دیگر خانواده، آن را جبران کند. در هر صورت چنین رفتارهایی که مبتنی بر باورهای دینی است سبب استواری روابط اعضای خانواده و کارآمدی آن خواهد شد (۴۴).

۳. حمایت اعضای خانواده از همدیگر: حمایت‌های عاطفی، فکری و مادی اعضای خانواده آن‌چنان تأثیرگذار و عمیق است که نظیری برای آن نمی‌توان یافت. مردان بزرگ و موفق همواره همسرانی ارجمند و فداکار را در کنار خویش داشته‌اند و فرزندان بزرگ از حمایت‌های پدر و مادری دلسوز و شایسته برخوردار بوده‌اند. خدیجه (س) بانوی بزرگ خانواده پیامبر (ص) با حمایت‌های بی‌نظیر خویش، نقش اساسی در موفقیت‌های مهم نهضت عظیم اسلامی داشت. در دوران سه سال محاصره اقتصادی مسلمانان، با مال خویش به یاری رسول خدا (ص) برخاست و تمام اموال خود را خرج کرد تا آنجا که گفته‌اند: خدیجه پس از محاصره اقتصادی، ثروتی نداشت. او علاوه بر این، از خویشاوندانش درخواست کمک کرد تا مسلمانان را یاری رسانند. حمایت‌های خدیجه (س) آن‌چنان بود که پیامبر (ص) فرمودند: "هیچ ثروتی همچون ثروت خدیجه (س) برای من سودمند نبود" (۴۵).

حمایت‌های خانواده نه تنها از سوی زن و شوهر از همدیگر بسیار اساسی است بلکه حمایت و روابط عاطفی فرزندان با پدر و مادر و با یکدیگر می‌تواند نقش اساسی در اعتدال و آرامش روحی و روانی خانواده باشد و در نتیجه در توانمندی خانواده تأثیر مهمی داشته باشد. رسول اکرم (ص) فرمودند: "فرزند در هفت سال اول سید و آقای والدین است، در هفت سال دوم بنده و مطیع و فرمانبردار پدر و مادر است، و در هفت سال سوم وزیر مسئول است. اگر در این بیست و یک سال از تربیت و اخلاق او راضی بودید، فرزندی است تربیت شده و مورد قبول اسلام" (۴۶). پیامبر اکرم (ص) در این حدیث شریف در هفت سال سوم زندگی از جوان به‌عنوان وزیر یاد می‌کنند و وزیر در لغت دارای چند معنا است: اول وزیر آن کسی است که بار سنگینی را بدوش گرفته و مسئولیت مهمی را عهده‌دار است و جوان در این دوره باید بار گران مشکلات دوران بلوغ و تکلیف و مسئولیت بی‌واسطه بسیار از کارهای خود را بر دوش بکشد و قسمتی از بار سنگین خانواده را نیز به دوش گیرد. دوم وزیر به معنای یاری و معاونت و به معنای کمک فکری و همکاری در تدبیر و مصلحت اندیشی آمده است. جوان در محیط خانوادگی، باید معاون سایر اعضا بخصوص والدین باشد، باید با مشاوره دادن و تبادل فکر، والدین خود را یاری دهد و در تدبیر زندگانی همکار آنان باشد. پدر و مادر هم موظفند از جوان مشاوره بخواهند. رسول خدا (ص) با بکار بردن کلمه "وزیر" از طرفی تشخیص طلبی و استقلال‌جویی جوان را مورد توجه قرار داده و او را در کشور کوچک خانواده وزیر مسئول شناخته و از طرفی به پدر و مادر فهمانده است که با جوان امروز همانند کودک دیروز رفتار نکنند، با او امرانه سخن

خودخواهی، حرص، حسد، بخل، بدبینی و بدخواهی او را گرفتار می‌کند و زندگی دنیوی او را پررنج و ناخوشایند می‌سازد (۴۸).

قرآن کریم هنگامی که از نتایج ایمان و عمل صالح سخن می‌گوید، هم وعده سعادت اخروی و رسیدن به بهشت و دوری از جهنم می‌دهد و هم به زندگی پاکیزه برای مؤمنانی که اعمال شایسته انجام می‌دهند، اشاره می‌کند. "مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ اٰتٰی وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً؛" "هر زن و مرد مؤمنی که ایمان بیاورد و کردار نیکو داشته باشد ما به او حیات پاکیزه می‌دهیم..." (۵۳). از سوی دیگر، نصیب کسانی که از یاد خدا روی‌گردان شوند، زندگی سخت و پردرهم می‌داند. "مَنْ اَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِيْ فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا" «هرکس که از یاد ما رو برگرداند زندگی سختی نصیبش خواهد شد» (۵۴). بطور مثال حسن خلق بهترین نقش را در توانمندسازی خانواده دارد. در روایات اسلامی اهمیت حسن خلق به حدی است که در مورد کمتر صفت اخلاقی می‌توان یافت. امام علی (ع) فرمودند: "سرلوحه نامه عمل مؤمن، حُسن خلق او است" (۵۵). حُسن خلق چکیده سایر فضائل اخلاقی است. مهمترین و بهترین اعمال یک انسان مؤمن است و در پیشگاه خداوند جلوه و ظهور بیشتری دارد. پیامبر اکرم (ص) فرمودند: "در ترازوی عمل کسی، سنگین‌تر و ارزشمندتر از حسن خلق قرار نمی‌گیرد." "ما یوضع فی میزان امریء یوم‌القیمة افضل من حسن الخلق" (۵۴). انسان، با نیت خوب و اخلاق خوب، به تمام آنچه در جستجوی آن است، از زندگی خوش و امنیت محیط و روزی زیاد، دست می‌یابد (۴۹).

۵- پشتکار داشتن: زندگی همانند میدان کارزار است. در یک صحنه، یکی پیروز می‌شود و جلو می‌رود و دیگری زمین می‌خورد و دچار شکست می‌شود. اولی غرق در سرور و شادی و دومی دردمند و غمگین است. بدون تردید، در فراز و نشیب زندگی، عده‌ای فاتح و پیروزند و به هدف‌هایی که دارند دست می‌یابند. این عده کسانی هستند که اگر زمین بخورند و گرفتار مشکلات شوند، بجای یأس و ناامیدی دوباره به پا خواسته، به راه خود ادامه می‌دهند. شکست و مشکلات نه تنها به اراده آن‌ها صدمه‌ای وارد نمی‌کند، بلکه عزم و اراده آنان را استوارتر می‌کند. اینان بر اثر همین روحیه شکست‌ناپذیری و خالی نکردن میدان، هر مانعی را از سر راه خود برمی‌دارند و سرانجام به اهداف عالی خود نائل می‌شوند. در نقطه مقابل این‌گونه افراد، گروه دیگری وجود دارند که دایم دچار تردید و یأس هستند و با یک سختی و شکست، همه موجودیت خود را از دست می‌دهند و خود را به امواج گرفتاری می‌سپارند تا به هر جا که خواست آنان را ببرد (۵۵).

بسیاری می‌پندارند که سعادت و خوشبختی کیمیایی است که در خارج از وجود آنان قرار دارد و اگر ستاره اقبال و بخت در آسمان زندگی کسی بدرخشد، او را به سعادت خواهد رساند. این‌گونه افراد باور ندارند که سعادت زاییده خود انسان است و انسان‌ها می‌توانند با ایمان، تلاش و پشتکار، توانمند شوند و آینده خود را بسازند. خوشبخت‌ترین افراد کسانی هستند که به عمق وجودی خود بهتر پی برده، عملاً عالی‌ترین بهره‌ها را از ذخایر وجودی خود می‌برند. البته واضح است که ذخایر وجودی افراد با همدیگر متفاوت است و همچنین هر فردی استعداد و توانمندی ویژه‌ای دارد که با دیگری متفاوت است و همچنین هر فردی در محیط اجتماعی خاص و خانواده خاصی زندگی می‌کند ولی اینها چندان مهم نیست، بلکه مهم آن است که هر کسی در هر شرایطی از استعداد و توانمندی خود استفاده کند و در همان محدوده وجودی خودش، تلاش کند و زندگی خود را بسازد (۲۸).

نگویند، با تندی و خشونت شخصیتش را تحقیر ننمایند. کودک دیروز، بنده و مطیع آن‌ها بوده و جوان امروز، مشاور آنان است (۴۷).

۴. برخورداری از فضایل اخلاقی: اخلاق عبارت است از علم چگونه زیستن. اخلاق می‌خواهد به انسان پاسخ دهد که زندگی نیک برای انسان کدام است و آدمیان چگونه باید عمل کنند. اخلاق دستور چگونه زیستن را از دو جنبه به ما می‌دهد اول چگونه رفتار کردن و دوم چگونه بودن. چگونه رفتار کردن به اعمال انسان (از جمله، گفتار) و چگونه بودن به چگونگی و کیفیت خوی‌ها و ملکات انسانی مربوط می‌شود (۴۸).

در رابطه با اخلاق گاه تصور می‌شود، داشتن باورهای دینی و عمل به احکام عبادی و فقهی در دینداری مهم است و رفتارها و صفات اخلاقی فقط حکم ظاهر برای دینداری دارد. در سنجش دینداری نیز معمولاً به رفتارهای عبادی و حضور در محل‌های عبادت توجه می‌شود و امور اخلاقی کمتر به‌عنوان مؤلفه‌ای از دینداری لحاظ می‌شود. تصور دیگر آن است که دین مربوط به ارتباط ما با خدا و انجام مراسم و آیین‌های مذهبی و رعایت واجبات و دوری از محرمات است و اخلاق مربوط با دیگران و جامعه است. باید گفت که دین به رابطه ما با دیگران نیز کار دارد و این مسائل معمولاً بخش اساسی از تکالیف دین را تشکیل می‌دهند (۴۹).

دینداری بدون مسائل اخلاقی، قابل تصور نیست. مؤمن واقعی باید هم رابطه‌ای عمیق با خدا داشته باشد و هم رابطه‌ای مناسب با مردم. به نظر می‌رسد پیشوایان دینی در مقام ارائه معیار صحیح برای تشخیص دینداران واقعی، به مسائل اخلاقی توجه بیشتری نشان داده‌اند. امام صادق (ع) فرمودند: "لا تنظروا الی طول رکوع الرجل و سجود مؤخذه فان ذلک شیء اعتاده فلو ترکهُ استوحش لذلک ولکن انظروا الی صدق الحدیث و اداء امانته". "نگاه به رکوع و سجود طولانی افراد نکنید؛ زیرا ممکن است این اعمال برای آنان عادت شده باشد، به‌طوری که اگر آن‌ها را ترک کنند، ناراحت می‌شوند. در عوض (برای تشخیص دینداری‌شان) به راستگویی و امانتداری آنان بنگرید" (۵۰).

پیامبر اکرم (ص) فرمودند: "من برای تکمیل کرامت‌های اخلاقی برانگیخته شده‌ام." "بُعثُ لاتَمِّمَ مَکَرَمَ الْاِخْلَاقِ" (۵۱). این حدیث نشان می‌دهد که هدف بعثت انبیای الهی در تکامل اخلاقی انسان‌ها خلاصه می‌شود. در حدیث دیگری از امیر مؤمنان (ع) آمده است که: "لَوْ کُنَّا لَانْرَجُوْا جَنَّةً وَ لَانْخَشِیْ نَارًا وَ لَا ثَوَابًا وَ لَا عِقَابًا لَّکَانَ یَنْبَغِیْ لَنَا اَنْ نَطْلُبَ مَکَرَمَ الْاِخْلَاقِ فَانْهَآ تَدُلُّ عَلٰی سَبِیلِ النَّجَاحِ". "اگر امید و ایمانی به بهشت و ترس و وحشتی از دوزخ، و انتظار ثواب و عذابی نمی‌داشتیم، شایسته بود به سراغ فضایل اخلاقی برویم، چرا که آن‌ها راهنمای نجات و پیروزی‌اند" (۵۲).

اخلاق نه تنها برای سعادت اخروی، که برای رفاه و آسایش در زندگی این جهان نیز لازم و ضروری است. اصولاً آرامش در زندگی در سایه التزام به فضیلت‌های اخلاقی ممکن است و بدون آن‌ها حتی در زندگی روزمره دچار گرفتاری و ناراحتی خواهیم بود. انسان اگر بخواهد در زندگی دنیوی هم آسوده باشد و دور از نگرانی‌ها و اضطراب‌های ویران‌گر به سر ببرد، راهی جز اصلاح صفات زشت و پاکسازی دل از خلق و خویهای پلید ندارد. صفاتی از قبیل خوش‌رویی، تواضع، قناعت، اخلاص، بلندهمتی و... انسان را از دغدغه‌های بی‌حاصل و پریشانی‌های بدفرجام، نجات می‌دهد و بر عکس، اوصافی مانند

نتیجه جدیت و تلاش و استمرار در کارها، پیروزی و موفقیت است و امکانات زیاد نقش چندانی در موفقیت ندارد؛ اگر چه سهمی در پیشبرد آن دارد. انسان مؤمن و مسلمان، در پرتو آموزه‌های دینی برای رسیدن به قله‌های بلندگی و به دست آوردن نعمت‌های دنیوی و کسب کمالات اخلاقی و اخروی، استقامت زیادی از خود نشان می‌دهد و از ناملایمات، زخم زبان‌ها، بی‌مهری اطرافیان و دشواری‌ها نمی‌هراسد و به راهی که ایمان دارد، ادامه می‌دهد. حضرت علی (ع) در این باره می‌فرماید: "روح شخص باایمان از سنگ خارا شکست ناپذیرتر است" (۵۶). آن حضرت همچنین در مقایسه‌ای زیبا، مردمی را که در کانون دشواری و پایداری و پشتکار پرورش یافته‌اند، به درختان مقاوم بیابانی، و فرد تن‌پرور و راحت طلب و سست اراده را به درختان باغستان که معمولاً سست و ضعیف هستند، تشبیه کرده و می‌فرماید: "آگاه باشید درختان بیابانی، چون به سختی و کم‌آبی خو گرفته‌اند چوب‌هایشان سخت‌تر و شعله آتش آن‌ها شدیدتر و سوزنده‌تر است و دیرتر به خاموشی می‌گرایند، ولی درختان بوستانی، پوست‌هایشان نازک‌تر و چوب‌هایشان سست‌تر است و زودتر در هم شکسته می‌شوند" (۵۷). حال اگر همه اعضای خانواده پشتکار داشته باشند به‌طور حتم در توانمندسازی آن خانواده نقش بسیار مهمی خواهد داشت.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که معنویت عاملی مؤثر بر سلامت خانواده است. نتایج تحقیق تأکید می‌کند که باورها و رفتارهای معنوی در شکل‌گیری سلامت خانواده نقش مهمی ایفا می‌کنند. خانواده‌هایی که والدین در امور زندگی به خداوند توکل دارند، به ائمه معصومین توسل می‌جویند، به خیرخواهی خداوند باور دارند، تلاش برای کسب رضای خداوند را محور امور زندگی خود می‌دانند، به انجام واجبات دینی اهمیت می‌دهند، در رو به رو شدن با مسائل زندگی صبر و بردباری نشان می‌دهند، اهل گذشت هستند، صله‌ی ارحام با والدین، اقوام و آشنایان به جا می‌آورند و در مراسم و مجالس مذهبی شرکت دارند از بسترهای مناسبی برای تشکیل یک خانواده سالم برخوردار هستند. در تایید یافته‌ی حاضر مطالعه‌ی صیدی و همکاران نشان دادند وجود جو معنوی در خانواده‌ها، بطور مستقیم و همچنین از طریق ارتقاء کیفیت ارتباط موجب تاب‌آوری و مدیریت مناسب مشکلات در خانواده‌ها می‌شود (۵۸). همچنین آهنگرگانی و همکاران دریافتند که معنویت موجب افزایش بخشش و کارایی در خانواده می‌شود (۵۹).

نتایج مطالعات مختلف همچنین نشان می‌دهد که معنویت عنصری اساسی در رضایت از زندگی محسوب می‌گردد. Kleine معتقد است باورها و رفتارهای معنوی می‌تواند موجب ارتقای کیفیت زندگی شود. احساس صمیمیت و نزدیکی بیشتری را برای زوج و اعضای خانواده به ارمغان آورد و از طریق تأکید و تشویق بر روابط سالم نقش مهمی در سلامت کانون خانواده ایفا نماید. بعلاوه سلامت معنوی گرایش به عوامل تهدیدکننده سلامت خانواده را کاهش می‌دهد (۶۰). صیدی و همکاران (۲۰۱۰) می‌نویسند خانواده‌ی برخوردار از باورهای مذهبی، به پیام‌های دینی جهت اجتناب از رفتارهای آسیب‌زا توجه دارند، به قید و بندهای دینی و عرفی تعهد بیشتری نشان می‌دهند و به دستورات و رفتارهایی که انسجام و استحکام خانواده را تقویت می‌کند، توجه بیشتری می‌کنند و به هنگام بروز تعارض در روابط خانوادگی، از طریق مفاهیم و ارزش‌های معنوی مشترک اختلاف نظر داخل خانواده را تعدیل نموده و مانع بروز واکنش‌های تند و آسیب‌زا می‌شوند؛

به‌عبارتی تاب‌آوری بیشتری را نشان می‌دهند (۵۸). بدیهی است که خانواده در فرایند تکامل خود به دلایل مختلف ممکن است با اتفاقات و ناکامی‌هایی مواجه شود؛ اما حمایت اعضای خانواده از همدیگر بخصوص در بحران‌ها و نیز برخورداری از فضایل اخلاقی، پریشانی‌های روانی و اجتماعی را کاهش داده و در عین حال افراد برخوردار از سلامت معنوی، احساس تنهایی، بی‌معنایی و پوچی کمتری را گزارش می‌کنند (۶۱). البته باید توجه داشت که خانواده، ضمن مراقبت و حمایت از اعضای خود، نیاز به رشد و توسعه از طریق باورهای دینی مشترک بین اعضای خانواده نیز دارد. برخورداری از فضایل اخلاقی و گذشت و بخشش به خانواده آرامش می‌بخشد و از احساسات و هیجانات منفی آن‌ها می‌کاهد. همچنین روابط شایسته والدین با یکدیگر و با دیگران، موجب تجربه‌ی احساس حمایت شدگی و آرامش برای فرزندان می‌شود و نیز به دلیل برخورداری از صبر و گذشت میزان بالاتری از سازگاری و بردباری در مشکلات و تعارضات بین فردی را برای آن‌ها به ارمغان می‌آورد (۶۲). این یافته در مطالعه‌ی آهنگرگانی و همکاران نیز نشان داده شد (۵۹).

از یافته‌های فوق می‌توان به اثرات سلامتی برخورداری از معنویت در خانواده نیز پی برد. مطالعه‌ی تحقیقی در خصوص نقش معنویت در سلامت خانواده بسیار محدود است. مطالعه‌ی خدادادی سنگده و همکاران در خصوص شناسایی عوامل مؤثر بر سلامت معنوی خانواده‌های نظامی نشان داد که عوامل معنوی مانند نوع جهان‌بینی، توکل داشتن، توسل‌جویی، خیرخواهی، صبر، گذشت و انجام واجبات دینی نقش بسیار مهمی در سلامت خانواده ایفا می‌کنند (۶۳). خانواده‌های نظامی معتقد بودند که خداوند در همه جای زندگی مراقب و محافظ آنان است و آنچه برای هر فردی خیر و مصلحت است را رقم می‌زند. در رابطه با تبیین این یافته‌ها می‌توان ادعان داشت رفتارهای معنوی و معنویت که برگرفته از باورها و جهان‌بینی غیر مادی است، صاحبان آن‌ها را به کسب رفتارهایی سوق می‌دهد که به آن‌ها در سالم زیستی و بهزیستی و برخورداری از شبکه‌های حمایتی اجتماعی و لذا حل بهتر مسائل کمک می‌کند.

Onish و همکاران و Zullin و همکاران در مطالعات خود ارتباط بین معنویت، مذهب و رضایت از زندگی و کاهش خشونت‌های رفتاری را نشان دادند. آن‌ها دریافتند که ضعیف بودن یا فقدان باورها و رفتارهای معنوی و مذهبی از عوامل مؤثر بر تجربه‌ی مشکلات روانی و اجتماعی، احساس پوچی و بی‌معنایی، ناکارآمدی و افزایش تعارض در روابط بین فردی و خانوادگی است و وجود باورها و رفتارهای معنوی بین والدین و اعضاء خانواده سبب می‌شود تا خانواده از بستر مناسبی برای عملکرد سالم برخوردار باشد و اعضای آن رضایتمندی بیشتری را از زندگی خانوادگی تجربه نمایند (۳۱ و ۳۲). در واقع تقویت و برخورداری از سلامت معنوی در جامعه می‌تواند اندیشه و عمل نیک و مهربانی را در جوامع گسترش دهد. امروزه در زندگی اجتماعی، تنها در بستر سلامت معنوی پایدار است که انسان‌ها در رقابت‌های اقتصادی و سیاسی حقوق هموعان خود را رعایت می‌کنند و به همدیگر احترام می‌گذارند.

با توجه به جایگاه و نقش خانواده در جامعه‌پذیری افراد، آموزش اصول و مبانی معنویت می‌تواند در بستر تربیتی و آموزشی نهاد خانواده به بهترین شکل ممکن اجرا گردد. آموزش زندگی توأم با معنویت بخشی از وظایف والدین نسبت به فرزندان محسوب می‌شود. سلامت معنوی فضایی را در خانواده ایجاد می‌کند که پدر، مادر و فرزندان می‌توانند احساسات و باورهای دینی‌شان را در آن رشد و

اعضای آن کمک می‌نماید. لذا با توجه به تغییر سبک زندگی در جهان امروز و گسترش علم و صنعت، باید بر تحکیم روابط و ساختار خانواده بر مبنای راهکارهای دینی و ارتقاء معنویت تاکید و برنامه‌ریزی نمود.

پرورش دهند و این موجب پایداری و توانمندسازی بیشتر خانواده می‌شود. سلامت معنوی با اعطاء روحیه‌ی شهامت، شجاعت و فداکاری، اطمینان قلبی و آرامش روحی و برخورداری از زندگی پاکیزه به ارتقاء سلامت خانواده و نیز پیشرفت

References

1. Bahmani F, Amini M, Tabei SZ, Abbasi MB. The Concepts of Hope and Fear in the Islamic Thought: Implications for Spiritual Health. *J Relig Health*. 2018; 57(1):57-71.
2. Bashar FR, Vahedian-Azimi A, Salesi M, Hajiesmaeili M, Shojaei S, Farzanegan B, et al. Spiritual Health and Outcomes in Muslim ICU Patients: A Nationwide Cross-Sectional Study. *J Relig Health*. 2018; 57(6): 2241-2257.
3. Omidvari S. Spiritual Health; Concepts and Challenges. *Quarterly Journal of Interdisciplinary Quranic Studies*. 2008; 1 (1): 5-17. [In Persian]
4. Meshkini-Ardebili A. Marriage in Islam. Translated by Jannati A. Qom: Al-Hadi Institute, Center for the Publishing of Holy Quran; 2006. [In Persian]
5. Koenig HG. Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *ISRN Psychiatry*, 2012; doi:10.5402/2012/278730.
6. Sheikh Hor Amali. Wasael al-Shi'a. Vol 14, P 17.
7. Majlesi M B. Bihar al-Anwar. Vol 71, P 38.
8. Kelini M. Alkafi. Vol 2, P 99.
9. Sheikh Sadukh. Eyoun al-Akhbar al-Reza. Vol 2, P 24.
10. Sheikh Sadukh. Eyoun al-Akhbar al-Reza. Vol 1, P 258.
11. Majlesi M B. Bihar al-Anwar. Vol 43, P 81.
12. Sheikh Hor Amali. Wasael Al-Shi'a. Vol 21, P 451.
13. Nouri Mirza Hossein. Mustadrak al-Wasel. Vol 13, P 28.
14. Majlesi M B. Bihar al-Anwar. Vol 16. P 230.
15. VanderWeele TJ, Balboni TA, Koh HK. Health and spirituality. *JAMA*. 2017; 318(6): 519-520.
16. Soleimani-Asl M. Family Relationships in Islam. [unknown]: Ghaem Shahindezh Publishing; 2013. [In Persian]
17. Holy Quran; Surah Rom, Verse 21.
18. Majlesi MB. Bihar al-Anwar. Vol 68, p 387.
19. Avini M. Another Tomorrow. Tehran: Vahed Publishing; 2016. [In Persian]
20. Holy Quran; Surah Baqara, Verse 187.
21. Holy Quran; Surah Nisa, Verse 19.
22. Sheikh Hor Amali. Wasael Al-Shi'a. Vol 14, p 122.
23. Holy Quran; Surah Baqara, Verse 83.
24. Holy Quran; Surah Osara, Verse 23.
25. Holy Quran; Surah loqman, Verse 14.
26. Holy Quran; Surah Baqara, Verse 215.
27. Salarifar MR. Family in the Attitude of Islam and Psychology. Tehran: Semat Publishing; 2007. [In Persian]
28. Azizi F. Explanation of the spiritual health care at different levels of prevention. *History of Medicine Journal*. 2017; 8(29), 165-183. [In Persian]
29. Computer Research Center of Qaemieh of Isfahan. 17330 Hadith. Isfahan Digital Publishing. 2014. [In Persian]
30. Kelini M. Alkafi. Vol 4, p 10.
31. Motahhari M. Islamic Epistem. Qom: Department of Islamic Affairs and Islamic Studies; 1998. [In Persian]
32. Holy Quran; Surah Noor, Verse 36-37.
33. Seyed Razi. Nahj al-Balaghah. Sermon 6.
34. Seyed Razi. Nahj al-Balaghah. Sermon 225.
35. Khalifa Gh, Marashi M. Fundamentals, principles and methods of rational education from the perspective of the Qur'an and narratives. *Islamic Studies in the Humanities*. 2011; 3: 35-71. [In Persian]

36. Townsend M, Kladder V, Ayele H, Mulligan T. Systematic review of clinical trials examining the effects of religion on health. *Southern Medical Journal*. 2002; 95(12): 1429–1434.
37. Chittick W. Love in Islamic thought. *Religion Compass*. 2014; 8(7): 229–238.
38. Holy Quran; Surah Tahrim, Verse 6.
39. Nouri Mirza Hossein. *Mustadrak al-Wasel*. Vol 13, p 28.
40. Mohammadi Ray Shahri M. *Mizan Al-Hakmah*. Qome: Ayeneh Yadha; p 123.
41. Hajiesmaeili MR, Abbasi M, Safaiepour L, Fani M, Abdoljabari M, Hosseini SM. Spiritual health concept in Iranian society: Evolutionary concept analysis and narrative review. *Journal of Medical Ethics*. 2016;10(35): 77–115.
42. Holy Quran; Surah Ornaments, Verse 70-71.
43. Majlesi M B. *Bihar al-Anwar*. Vol 81, p 220.
44. Fazl Tabrizi Hassan ibn. *Makarem al-Kahlaq*. 1996. Vol 1, p 478.[In Persian]
45. Phalsafi MT. Young in terms of intellect and emotion. 1973. Vol 1, p 440.[In Persian]
46. Motahari M. *Introduction to Islamic Sciences*. 1996. P 189-190. [In Persian]
47. Birnbacher B. Moral and other values. *Kultura Wartosci* . 2013; 4 (8): 43-58.
48. Motahhari M. *The Ethics Philosophy*. Tehran: Sadra Publishing House; 1387. [In Persian]
49. Atef-Vahid MK., Nasr-Esfahani M, Esfeedvajani MS, Naji-Isfahani H, Shojaei MR, Masoumeh YM. Quality of life, religious attitude and cancer coping in a sample of Iranian patients with cancer. *Journal of Research in Medical Sciences*. 2011; 16(7), 928–937. [In Persian]
50. Majlesi M B. *Bihar al-Anwar*. Vol 67, p 372.
51. Nouri Mirza Hossein. *Mustadrak al-Wasel*. Vol 2, p 282.
52. Nouri Mirza Hossein. *Mustadrak al-Wasel*. Vol 11, p 193.
53. Holy Quran; Surah Taha, Verse 124.
54. Majlesi M B. *Bihar al-Anwar*. Vol 68, p 392.
55. Brown A. Developing endurance. *J Christ Nurs*. 2011; 28(1): 38-9.
56. Seyed Razi. *Nahj al-Balaghah*. Sermon 6.
57. Mosavi-Lari M. *The mission of morality in human evolution*. Qom: Boostan Book of Qom Publishing; 2007. [In Persian]
58. Seyedi MS, Pour Abraham T, Bagherian F, Mansour L. Relationship between family spirituality and its resilience, with mediating the quality of communication in the family. *Psychological methods and models*. 2012; 2 (5): 63-79.
59. Ahangarkani M, Shahidi S, Kamari S. Role of Family Performance in Spirituality and Forgiveness in the Family of Married Persons. *Quarterly Journal of Psychological Health* 2014; 7 (3): 21-31.
60. Kleine M. *The impact of accounts and attributions following marital infidelity [dissertation]*.Columbia: University of Missouri-Columbia; 2007.
61. Schramm DG, Marshall JP, Harris VW, Lee TR. Religiosity, Homogamy, and marital adjustment: An examination of newlyweds in first marriages and remarriages. *J Fam Isse* 2012; 33: 8567-1571.
62. Parra-Cardona JR, Busby DM. Exploring relationship functioning in premarital Caucasian and Latino/a Couples: Recognizing and valuing cultural differences. *Journal of Comparative Family Studies* 2006; 37 (3): 345-57.
63. Khodadadi Sangdeh J, Ahmadi Kh, Amoosti F. Identifying effective spiritual factors in healthy of military families: A Qualitative Research. *Journal of Military Care* 2015; 5 (3): 142-134.



The role of spirituality on the family health system from the point of view of Islam

Received: 23 Jan. 2018

Accepted: 31 May 2019

Bakhtiari A (PhD)¹

Bakouei F (PhD)²

Seyedi Andi SJ (PhD)³

Pasha H (PhD)^{2*}

1. Mobility Impairment Research Center, Health Research Institute, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran.

2. Infertility and Health Reproductive Research Center, Health Research Institute, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran.

3. Social Determinants of Health Research Center, Health Research Institute, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran.

*Corresponding Author:

Pasha H

Department of Midwifery, Faculty of Nursing and Midwifery, Babol University of Medical Sciences, Babol, Iran.

Tel: +98 1132190597

Fax: +98 1132190597

Email: dhajarpasha@gmail.com

Abstract

Introduction: Family success is shaped by spiritual health. Learning psychological educational and moral teachings in Islam can promote and deepen the spiritual health of family members. In this regard, the present article first describes the features of a family with spiritual health and explains the factors affecting empowerment of the family.

Methods: This study was conducted by reviewing the scientific sources and articles published in valid scientific databases from 2011 to 2017 as well as using the Holy Quran and Hadiths.

Findings: Spiritual health with the concept of knowing the Creator, His love and efforts to reach His revelation can provide grounds for experiencing feelings, loving, helping others, having a basic purpose and experiencing the perfection and peace of life and can provide stability in life through integrated communication among family members. When spiritual health will be at risk, a person may have mental disorders such as loneliness, depression and loss of meaning in life, which can make it difficult to adapt to life. Empowering is meant to enable a person to overcome any problematic situation in life by promoting spiritual health of individuals.

Conclusion: Having spiritual health creates a family atmosphere in which the father, mother and others can grow and develop their religious feelings and beliefs, which increases the family's stability and empowerment. For this reason, to further promote the family's culture, the relationships, structure and process governing the family should be emphasized, and the religious strategies should be developed to improve them.

Keywords: Family, Spirituality, Spiritual health, Family health