

## واکاوی نقش زنان در تحقق سبک زندگی اسلامی

فضه جوادی<sup>۱</sup>

### چکیده

یکی از مسائل مهم در بیانیه گام دوم، نهادینه شدن سبک زندگی اسلامی در جامعه است. برای تحقق این امر تمام افراد جامعه اسلامی سهیم هستند و در این میان تأثیر حضور و فعالیت‌های زنان، جایگاه ویژه‌ای دارد. در اسلام زنان از مقام و موقعیت والایی برخوردار هستند و در تاریخ اسلام، وقایع بزرگی را به سرانجام رسانده‌اند. پژوهش حاضر با روش تحلیلی-توصیفی و با رویکرد فقهی، نقش زن در تحقق سبک زندگی اسلامی را بررسی می‌کند. هدف از نوشتار حاضر، بیان نحوه نقش‌آفرینی زن در ایجاد روش زندگی اسلامی است و نشان می‌دهد که یک زن با انجام وظایف خود به‌عنوان همسر و مسئولیت‌های مادری در تربیت و پرورش فرزندان مطابق آنچه خواست خداوند متعال است، می‌تواند در ایجاد چنین سبکی گام بردارد. در اجتماع نیز زن با حضور همراه با مراعات قیود و شرایط بیان شده در اسلام یعنی، پوشش و رفتار مناسب و به‌دور از تیرج و خودآرایی، قدم مهم دیگری است که در راه نیل به هدفش برمی‌دارد.

**واژگان کلیدی:** زنان، سبک زندگی، اسلامی، گام دوم.

### ۱. مقدمه

برای تحقق اهداف یک ملت و جامعه مقدمات بسیاری نیاز است و باید تمام افراد با مشارکت در زمینه‌های مختلف و انجام مسئولیت‌های فردی و اجتماعی خود در رسیدن به آن اهداف گام بردارند. یکی از اهداف انقلاب اسلامی ایران با توجه به سخنان مقام معظم رهبری در بیانیه گام دوم

<sup>۱</sup> دانش‌پژوه سطح چهار فقه خانواده از کشور افغانستان، مجتمع آموزش عالی بنت‌الهدی، جامعه‌المصطفی ﷺ العالمیه، قم، ایران.

انقلاب، تحقق سبک زندگی به روش اسلام و مبارزه با سبک زندگی غربی است. سخن از سبک زندگی اسلامی در عرصه حیات فردی و اجتماعی از مباحث بسیار مهم در جوامع انسانی است و ارکان اصلی شکل دهی هویت اجتماعی یک جامعه را که مشتمل بر باورها، ارزش‌ها و سبک زندگی می‌باشد، در برمی‌گیرد. هویت واقعی یک جامعه را، نمود ظاهری و سبک زندگی مردمان آن جامعه، نشان می‌دهد؛ جامعه زمانی ثمره جهان‌بینی و ایدئولوژی خود را می‌بیند که سبک زندگی، متناسب با باورها و ارزش‌های حاکم بر آن جامعه باشد. (توسکی، ۱۳۹۳)

از نظر رهبر معظم انقلاب برخورداری مردم از سبک زندگی دینی و رواج ارزش‌های اخلاقی اسلام در جامعه به صورتی که ارزش‌های اصلی جامعه محسوب شود، یکی از ارکان تداوم انقلاب اسلامی است. (۱۳۶۸/۷/۲۶) در تحقق روش زندگی بر مبنای اصول دینی، خانواده رکن محوری به شمار می‌رود. زن و مرد اساسی‌ترین ارکان خانواده هستند و برای رسیدن به خانواده متعالی باید از آموزه‌های اسلام بهره‌های فراوانی دریافت کنند. در این میان زن نقش مهمتری دارد. زن با ایفای نقش همسری و قبول مسئولیت‌های این نقش مطابق دستورات خداوند و عدم توجه به آموزش‌های سوء دشمنان اسلام مقدمات شکل‌گیری چنین سبکی را فراهم می‌کند. بی‌شک تربیت فرزندان در خانواده و با نظارت مادر است که می‌تواند نقش بزرگی در این زمینه داشته باشد.

زنان با حضور در بطن جامعه می‌توانند تعالی‌دهنده و سازنده قشر تأثیرگذار کشور باشند. جمهوری اسلامی ایران با مشارکت دادن زنان در امور اجرایی بسیاری از سازمان‌ها در تلاش است تا بتواند تربیت را از خانواده به جامعه منتقل کند و گام مؤثری در محقق ساختن هدف این انقلاب بگذارد. زن با حضور در جامعه و کسب موفقیت با رعایت شئونات یک زن مسلمان و پرهیز از دنباله‌روی از تبلیغات سوء غرب در نوع پوشش، فرهنگ اسلام را در جامعه ترویج می‌دهد. بنابراین، باتوجه به اهمیت نقش زنان در این امر، نحوه تأثیر زنان در ایجاد سبک زندگی اسلامی بررسی می‌شود. اگرچه پژوهش‌هایی در این زمینه صورت گرفته است، اما بیشتر آنها کلی بوده و کمتر به بیان مصادیق نقش‌های زنان پرداخته است. پژوهش حاضر با رویکرد فقهی و مراجعه به منابع کتابخانه‌ای

پس از بیان مفهوم سبک زندگی اسلامی و مبانی آن به نحوه مفیدبودن حضور زن به عنوان همسر و مادر در محیط خانواده و جامعه در محقق کردن سبک زندگی اسلامی می‌پردازد.

## ۲. مفهوم‌شناسی

سبک در لغت معادل واژه سبک در زبان عربی (تعبیر اسلوب) است و در زبان انگلیسی معادل style است. سبک به معنای نوع، روش، طرز و شیوه است. (معین، ۱۳۸۵، ۱۸۱۸/۲) واژه سبک در زبان عربی به معنای گداختن و قالب‌گیری کردن زر و نقره آمده است (ابن منظور، ۱۴۱۴، ۴۳۸/۱؛ زبیدی، بی تا، ۵۷۸/۱۳).

سبک در اصطلاح عبارت است از: شیوه و روش انجام چیزی به ویژه شیوه‌ای که برای فرد، گروهی از مردم، مکان یا دوره‌ای باشد، اجرای انجام اموری که تمایزدهنده فرد یا گروه یا سطح یا... خاصی باشد، نوع تصور و فردیتی که در افعال و سلیقه‌های شخصی ارائه می‌شود، شیوه بیان چیزی که مشخصه فرد، گروه، مردم یا دوره خاصی است، طرز نگرش خاص فردی و سلیقه که بیانگر و ممیز راه زندگی است، شیوه انجام چیزی به ویژه راهی که نشان دهنده تأکید بر طرز نگرش خاص یا مشخصه دوره معینی باشد و شیوه یا عادات متمایز رفتاری یا حرکت فرد. (مهدوی کنی، ۱۳۸۶)

سبک زندگی یعنی، روش نوعی زندگی فرد، گروه یا فرهنگ، روش خاصی از زندگی فرد یا گروه. (مهدوی کنی، ۱۳۸۶) واژه سبک زندگی، مقسمی است برای اقسام و انواع سبک‌های مختلف زندگی با رویکردهای متفاوت مانند سبک زندگی اسلامی، غربی، شرقی و یا سبک زندگی در روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و... (فیضی، ۱۳۹۲). به شیوه زندگی یا سبک زیستن که منعکس‌کننده گرایش‌ها و ارزش‌های فرد یا گروه است، عادات، نگرش‌ها، سلیقه‌ها، معیارهای اخلاقی، سطح اقتصادی و... که با هم، طرز زندگی کردن فرد یا گروهی را می‌سازد سبک زندگی گویند (مهدوی کنی، ۱۳۸۶). مقام معظم رهبری می‌فرماید: «سبک زندگی عبارت است از: شیوه زیستن و رفتار اجتماعی مانند شیوه زیستن در خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسئله خط، مسئله زبان، مسئله کسب‌وکار، رفتار مادر محل کار، رفتار مادر دانشگاه، رفتار ما در

مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار مادر ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزند، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مأمور، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه و مانند آن» (۱۳۹۱/۷/۲۳).

### ۳. سبک زندگی اسلامی

سبک زندگی از دیدگاه اسلام به مجموعه‌ای از موضوعات مورد قبول اسلام در عرصه زندگی اشاره دارد که براساس آن، معیار رفتار باید مبتنی بر اسلام و آموزه‌های اسلامی باشد. در این سبک زندگی، زندگی فردی و اجتماعی افراد باید مبتنی بر اسلام و رهنمودهای قرآنی باشد. رهایی از سبک زندگی غیراسلامی و نیل به حیات طیبه، غایت آموزه‌های دینی در این شیوه زندگی است. ملاک و معیار اساسی سبک زندگی اسلامی و دستیابی به حیات طیبه، ایمان و عمل صالح است. در سبک زندگی اسلامی، انسان به طور طبیعی مدلی را که بیشترین هماهنگی را برای دستیابی به قرب الهی دارد در زندگی فردی و اجتماعی خود مطلوب می‌داند و تقرب به خدا و لقاءالله را هدف نهایی خود می‌بیند. از این رو همه شئون زندگی خود را از نماز و عبادت تا کسب و کار، تحصیل، تفریح، معاشرت، بهداشت، خوراک، معماری، هنر، سخن گفتن، تولید، مصرف، آراستگی ظاهری و امثال آن را در مسیر این هدف قرار می‌دهد. (صنعی، بی تا)

### ۳-۱. اساس سبک زندگی اسلامی

در اسلام، سبک زندگی بر سه محور اعتقادات، اخلاقیات و وظایف عملی (عبادات) استوار است. اعتقادات همان اصول اعتقادی اسلامی یعنی، ایمان و عقیده به توحید، نبوت و معاد است. این سه اصل، شالوده دیانت اسلام را تشکیل می‌دهند. اخلاقیات یعنی، مسلمان ویژگی‌های درونی و روانی خود را به گونه‌ای بسازد که با کلیت این سیستم مفهومی هماهنگ و منطبق باشد. شاید محکم‌ترین تعبیر قرآن در این زمینه، همان تقوا باشد که می‌توان آن را ترس آمیخته با احترام از خداوند معنا کرد. آنجا که پیام اصلی اسلام، توحید و یکی از مراحل آن توحید در عبادات است، پس از قبولی قلبی و اقرار

زیانی به اصول فوق باید عمل به ارکان را مکمل موجود بودن شمرد. عبادات یا وظایف عملی، بخش مهمی از مجموعه اعمال و رفتارها را تشکیل می‌دهند که در فرهنگ اسلامی به عنوان فروع دین شناخته شده است و در کنار اصول دین قرار دارد. براین اساس تعالیم اسلام تمام وظایف زندگی را پوشش می‌دهد و سبک زندگی برگرفته شده از آن، سبک زندگی ایده‌آل و مطابق با فطرت بشریت است. (مظاهری و همکاران، ۱۳۹۷)

#### ۴. وظایف زن در اسلام

در آیین اسلام، زن جایگاه ویژه و نقش فعال و مؤثری در رسیدن به حیات طیبه دارد. زنان با پیاده‌سازی ارزش‌ها و الگوهای اعتقادی و معنوی مطابق با فرامین الهی، تأثیر بسزایی در تحقق سبک زندگی اسلامی دارند. جامعه زنان با انجام وظایفی که خداوند بر گردن آنها نهاده است و کسب موفقیت در عرصه‌های مختلف زندگی به واسطه عمل به این مسئولیت‌ها می‌توانند به ترویج هرچه بیشتر سبک زندگی اسلامی کمک کنند. زن در دو قالب مادری و همسری به ایجاد چنین سبکی از زندگی جامه عمل خواهد پوشاند.

#### ۴-۱. وظایف همسری

##### ۴-۱-۱. اطاعت از شوهر

در اسلام هر یک از زن و مرد حقوق و وظایفی دارند. یکی از مهمترین وظایف زن نسبت به شوهر اطاعت و فرمانبرداری است، اما نه اطاعت در تمام امور بلکه منظور اوامری است که در تضاد با دستورات الهی نباشد. زنان تا آن حد موظف به اطاعت از همسر هستند که به حقوق شوهران مربوط است مانند حق استمتاع، خروج از منزل، اختیار شغل و حرفه که شوهر می‌تواند زن را از اکتساب شغلی که منافی حیثیات خانوادگی خود یا زن باشد، منع کند و عبادات مستحبی مانند نذر بی‌اذن شوهر که صحیح نیست.

#### ۴-۱-۲. محبت و عشق‌ورزی به شوهر

در قرآن آمده است: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ»؛ و از نشانه‌های او اینکه همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید و در میانتان محبت و رحمت قرار داد. به یقین در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند». (روم: ۲۱) در آیه ۱۸۹ سوره اعراف نیز آمده است: «هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا؛ اوست خدایی که همه شما را از یک تن بیافرید و از (نوع) او نیز جفتش را مقرر داشت تا به او انس و آرام گیرد».

براساس این دو آیه، یکی از اهداف ازدواج و هدف خلقت زن به عنوان همسر، ایجاد آرامش و محبت در محیط خانواده است. خداوند زن را نشانه و مایه رحمت الهی دانسته است. آرامش و وجود عشق و محبت هدفی است که در ازدواج نهفته است و وجود علاقه بین زن و شوهر و ارضای نیازهای عاطفی موجب آرامش بین آن دو می‌شود. وقتی مرد از نظر روحی و عاطفی در خانه تأمین شود رضایت و خشنودی از زندگی، شادی و وفاداری در او وجود خواهد داشت و در نتیجه وجود این موارد، امنیت و آرامش در خانواده برقرار خواهد بود. ابراز محبت به همسر از راه‌های گوناگون می‌تواند انجام پذیرد همچون صحبت کردن همراه با تبسم و گشاده‌رویی، توجه به سخنان او، گفتن جملات محبت‌آمیز، استقبال گرم و دلنشین از شوهر هنگام بازگشت به خانه، هدیه دادن، با احترام و با نام نیک او را خواندن و... مواردی است که نشان‌دهنده میزان عشق زن به شوهر و احترام گذاشتن به او است. امام صادق ع می‌فرماید: «زن باید با اظهار علاقه و دلربایی و آرایش در برابر شوهر به‌گونه‌ای عمل کند که رضایت و خشنودی شوهر جلب شود» (مجلسی، ۱۴۰۳، ۲۳۷/۷۵).

#### ۴-۱-۳. تأمین نیازهای جنسی همسر

یکی از مهمترین نقش‌های زن در خانواده، تأمین نیاز جنسی شوهر یا همان تمکین به معنای خاص است. تأمین نیازهای جنسی اگرچه از وظایف مشترک زن و مرد در زندگی زناشویی است، ولی این وظیفه بیشتر بر دوش زن قرار دارد؛ زیرا مرد به علت حضور بیشتر در جامعه و تهاجمی بودن غریزه‌اش در معرض خطر بیشتری قرار دارد و اگر از طرف همسرش به درستی ارضا نشود خطر انحراف و آلودگی

او را تهدید می‌کند. (رضانژاد و فاخری، بی تا) بنابراین، زن به‌عنوان شریک جنسی مرد باید همه شرایط را برای ارضای این نیاز فراهم کند. امام صادق علیه السلام یکی از وظایف زن را چنین بیان می‌کند: «تَعْرِضُ نَفْسَهَا عَلَيْهِ عُذْوَةً وَعَشِيَّةً؛ زن باید صبح و شب خود را در اختیار همسرش قرار دهد» (کلینی، ۱۳۶۷، ۵۰۸/۵). در همین راستا زن باید پیوسته نظافت و پاکیزگی را رعایت کند و با استعمال بوی خوش و پوشیدن لباس‌های جاذب مرد، او را از لحاظ جنسی تأمین کند. مردی که در محیط خانواده به خوبی ارضای جنسی شود به راحتی می‌تواند در محیط بیرون و در برخورد با زمینه‌های فساد جنسی، خود را کنترل کند، پاسدار عفت فردی و عمومی شود و در رفع مشکلات اخلاقی جامعه سهیم باشد.

#### ۴-۱-۴. خودآرایی و آراستگی برای همسر

تمایل انسان به خودآرایی امری فطری است و این امر در زنان جلوه بیشتری دارد. در شرع مقدس به دلیل وجود مصالحی برای انسان به‌ویژه زنان، آرایش مستحب دانسته شده است، ولی در صورت خواست شوهر، آرایش زن برای شوهر واجب است. (سبزواری، ۱۴۱۳، ۲۵/۲۱۸؛ موسوی خمینی، ۱۳۹۲، ۲/۳۲۸؛ سیستانی، ۱۴۱۳، ۳/۱۰۶) در صورت عدم رعایت آن از جانب شوهر، مصداق نشوز خواهد بود (موسوی خمینی، ۱۳۹۲، ۲/۳۲۵). پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «زن باید بهترین عطرها و لباس‌ها و آرایش‌ها را برای شوهر استفاده کند و شب و روز، خود را بر شوهر عرضه کند» (کلینی، ۱۳۶۷، ۵۰۸/۵). حضرت زهرا علیها السلام گران‌بهارترین عطری را که در اختیار داشت فقط برای شوهر گرمی خود و لحظات مناجات و راز و نیاز با پروردگار حق تعالی استفاده می‌کرد (دشتی، ۱۳۷۳، ص ۱۸۲).

#### ۴-۱-۵. قناعت‌پیشگی و پرهیز از تجمل‌گرایی

قناعت زن در زندگی دو مصداق دارد: یکی در مرحله پیش از ازدواج و دیگری پس از آن. قبل از ازدواج مربوط به زمانی است که می‌خواهد به تشکیل خانواده اقدام کند. شایسته نیست که دختر با قراردادن مهریه بالا و درخواست هزینه‌های بیش از حد، مرد را در مضیقه قرار دهد و به خاطر فخرفروشی و خودنمایی به دیگران هزینه‌های هنگفت بپردازد. قناعت و ساده‌زیستی، امر بسیار

مهمی است که باید در ازدواج مدنظر قرار گیرد. دیگری در مرحله بعد از ازدواج که مربوط به قناعت در مایحتاج زندگی است. در دین اسلام تأمین نیازمندی‌های زندگی به عهده مرد است. در برخی موارد، مشکلات و نارسایی‌هایی در زندگی رخ می‌دهد. در این شرایط، عدم درخواست‌های فوق طاعت مرد، پرهیز از چشم و هم‌چشمی و تجملات بیش از حد و سازگاری با شرایط موجود، افعالی هستند که شایسته یک زن مسلمان است. در چنین شرایطی صبرپیش‌گامی و بازنگونکردن خواسته‌های خود نزد همسر از ویژگی‌های زن مطلوب در دین اسلام است.

زن شایسته زنی است که خارج از توان و قدرت همسرش از او خواسته‌ای نداشته باشد. چنانچه در زندگی حضرت فاطمه زهرا علیها السلام همین امر دیده می‌شود. در روایتی این‌گونه آمده است: «عن ابی سعید الخدری قال: أصبح علی ابن ابی طالب علیه السلام ذات یوم ساغبا، فقال: یا فاطمة هل عندك شیء تغذینیة؟ قالت: لا والذی أكرم أبی بالنبوة و أكرمك بالوصیة ما أصبح الغداة عندی شیء و ما كان شیء اطعمناه مذیومین إلا شیء كنت اؤثرک به علی نفسی و علی ابنی هذین الحسن والحسین، فقال علی: یا فاطمة ألا كنت أعلمتینی فأبغیکم شیئا، فقالت: یا أبا الحسن إنی لاستحیی من إلهی أن اکلف نفسک ما لا تقدر علیه؛ روزی صبح علی علیه السلام به فاطمه علیها السلام فرمود: آیا غذایی نزد تو هست تا از آن تناول کنیم؟ حضرت فاطمه علیها السلام گفت: قسم به آن کسی که پدرم را به نبوت و تو را به وصایت و خلافت گرامی داشت چیزی نزد من نیست تا آن را در اختیار تو بگذارم. دو روز است که آنچه داشته‌ایم باوجود نیاز خود و حسن و حسینم به دیگران داده‌ایم. پس علی علیه السلام فرمود: ای فاطمه، چرا مرا از این قضیه آگاه نکردی تا غذایی برایتان تهیه کنم؟ حضرت فاطمه علیها السلام گفت: ای اباالحسن، من از خدای خود حیا دارم که تو را بر کاری تکلیف کنم که بر آن قادر نیستی» (مجلسی، ۱۴۰۳، ۵۹/۴۳).

خواسته‌های بی‌مورد و توقعات بی‌جای زن، شخصیت شوهرش را به خاطر عدم توانایی مالی تحقیر می‌کند و کم‌کم با رفتارهای ناپسند او اعضای خانواده دچار حسرت و غم کمبودهای مالی می‌شوند، اما اگر اعتدال و میانه‌روی را پیشه کند و مخارج غیرضروری را از زندگی خود حذف کند و جلوی اسراف‌ها و زیاده‌روی را بگیرد، می‌تواند الگوی عملی و مشوق اصلی قناعت و ساده‌زیستی برای خانواده خود باشد. اگر در صورت بروز مشکلات معیشتی، زن به جای قناعت، بر خواسته‌های خود



اصرار ورزد و نسبت به داشته‌ها و زندگی زنان اطراف خود چشم و هم چشمی کند تنها موجب افزایش مشکلات شده آرامش زندگی به هم می‌خورد و موجب افزایش نگرانی و تشطط افکار همسرش می‌شود. اکتفا و رضایت به امکانات موجود، موجب دوری پریشانی افکار می‌شود. (موسوی، ۱۳۹۳)

امام علی عَلَيْهِ السَّلَام در روایتی می‌فرماید: «الرضاینفی الحزن؛ رضایت و قناعت، اندوه را از بین می‌برد.» (تهیمی آمدی، ۱۳۶۰) زنی که باعث آزار و اذیت همسر خود شود مغضوب خداوند می‌شود. رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمود: «أَيُّمَا امْرَأَةٍ لَمْ تَرْفُقْ بِرَوْحِهَا وَ حَمَلَتْهُ عَلَى مَا لَا يَقْدِرُ عَلَيْهِ وَ مَا لَا يَطِيقُ لَمْ تُقْبَلْ مِنْهَا حَسَنَةٌ وَ تَلْقَى اللَّهَ وَ هُوَ عَلَيْهَا غَضَبَان؛ هر زنی که با شوهرش نسازد و او را بر کارهایی که قدرت و طاقت ندارد، مجبور کند هیچ حسنه‌ای از او پذیرفته نشود و خدا را خشمناک ملاقات کند» (مجلسی، ۱۴۰۳، ۲۴۴/۱۰۰). قانع بودن زن نسبت به وضعیت مالی و اقتصادی خانواده و عدم تحمیل هزینه بیش از توان همسر بر او یکی از عوامل قوام، گرمی و آرامش خانواده است.

#### ۴-۱-۶. پرهیز از آزار شوهر

رفتار آزاردهنده از سوی زن علیه شوهر در محیط خانواده که موجب پایمال شدن حقوق وی می‌شود را شوهرآزاری می‌گویند مانند تخریب حیثیت و آبروی شوهر و شکستن حرمت او نزد فرزندان، فحاشی و انتساب صفات ناشایست، عدم توجه به خواست و انتظارات شوهر و مقایسه نامناسب همسر با دیگر مردان. بروز چنین رفتارهایی از جانب زن نه تنها جایز نیست بلکه مورد مذمت نیز قرار گرفته است. زن شایسته در اسلام زنی است که حافظ آبروی شوهرش باشد و عیوب و نواقص او را بپوشاند. چنانچه قرآن نیز اشاره به همین امر دارد: «هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ» (بقره: ۱۸۷). زن هرگز نباید احترام شوهرش را نزد فرزندان از بین ببرد و غرور و شخصیت وی را لگدمال کند (قاسمی‌روشن، ۱۳۸۲). حتی اگر حق با همسر نباشد، زن نباید در حضور فرزندان آن را اعلام و شخصیت پدر را کوچک و تحقیر کند؛ زیرا در این صورت، پدر قدر و منزلتی نزد فرزندان نخواهد داشت. زوج همواره باید با زبان خوش و عباراتی شایسته همسرش را خطاب کند و حتی در صورت بروز شرایط سخت، خشم خود را مهار و با خوش‌رویی برخورد کند.

مصاداق دیگر آزردن شوهر، قیاس مرد با سایر مردان است که موجب برجسته شدن جنبه‌های منفی شخصیت مرد شده و سبب می‌شود خود مرد احساس کمبود کند. (قاسمی‌روشن، ۱۳۸۲) تمام این موارد در سبک زندگی اسلامی نهی شده و مورد مذمت قرار گرفته است. چنین امری به تدریج موجب تزلزل پایه‌های خانواده شده و استحکام آن را از بین می‌برد. درباره آزار شوهر از امام صادق علیه السلام روایت شده است: «ملعونۃ ملعونۃ امرأۃ تؤذی زوجها أو تغمه، و سعیدۃ سعیدۃ امرأۃ تکرّم زوجها ولا تؤذیه و تطیعه فی جمیع احواله؛ ملعون است، ملعون است آن زنی که شوهر خود را بیازارد و غمگین کند و خوشبخت است، خوشبخت است آن زنی که شوهر خود را احترام نهد و آزارش ندهد و در همه حال (غیر از امور حرام) از وی فرمان برد» (حرعاملی، بی تا، ۲۸۰/۱۶).

#### ۴-۲. وظایف مادری و تربیت فرزندان

بزرگ‌ترین و حساس‌ترین نقش زن در سبک زندگی اسلامی، تربیت اولاد است. اولین فردی که با نوزاد رابطه عاطفی برقرار می‌کند، مادر است و اختلال در نحوه این ارتباط، اثرات مخربی در دوران بعدی زندگی کودک خواهد داشت. تربیت خوب می‌تواند فرزند را آسمانی کند و بالعکس تربیت بد می‌تواند او را به شقاوت ابدی دچار کند. تربیت صحیح مبتنی بر فطرت، سبک زندگی مطلوب و حیات طیبه جاوید که همان سبک زندگی اسلامی است را می‌سازد. سبک زندگی اسلامی، روش خاصی از زندگی است که نتیجه تربیت براساس آموزه‌های اسلام است. (بخشی، بی تا)

پایه‌های شخصیتی فرد در دوران کودکی شکل می‌گیرد و طرز تربیت انسان در دوران کودکی، نحوه زندگی او را شکل می‌دهد. برخی از مطالعات روان‌شناختی نشان دهنده این است که رسوبات باقی مانده در ناخودآگاه دوران کودکی، منجر به تمایل به رفتارهای انحرافی در آینده می‌شود. فرد در دوران کودکی از نظر عاطفی و احساسی وابسته به مادر است و تمام دانسته‌ها، اعتقادات و خطاهای خود را به واسطه الگوبرداری از دیگران می‌آموزد و رفتار و کردار بزرگ‌ترها نخست به صورت ناآگاهانه و بعد به شکل آگاهانه در فرد نهادینه می‌شود. (انصافی و بیگی، ۱۳۹۵) امروزه که موبایل و اینترنت

همیشه در دسترس کودکان است مادران باید بیش از پیش ناظر اعمال آنها باشند و از محدوده دسترسی فرزندان خود به این وسایل آگاه باشند.

#### ۴-۲-۱. پرورش بعد دینی

در تربیت دینی فرزند، هر یک از پدر و مادر به نوبه خود تأثیر خاصی دارند، اما در این میان نقش مادر پررنگ‌تر است؛ زیرا مادر، بیش از پدر مرتبط و مانوس با فرزند است و ساعت‌های بسیاری را با وی سپری می‌کند. مادر از زمان انعقاد نطفه تا هنگام تولد و پس از آن پیوسته با فرزند است و تمام افعال وی بر روح و جسم کودک تأثیر می‌گذارد. کودک، رفتار مادر را شاهد و نمونه قرار می‌دهد و مفاهیم مذهبی و اخلاقی را از او کسب می‌کند. بر همین اساس در آموزه‌های اسلامی و سخنان بزرگان دین به این امر بسیار حساس توجه و تأکید ویژه‌ای شده است. مادر کسی است که می‌تواند کودک را بر اساس مبادی آداب اسلامی تربیت کند. کودک از رفتار مادر تقلید می‌کند، سر روی مهر می‌گذارد، اعمال نماز را انجام می‌دهد. لایه‌لایه مادر اگر همراه با ترانه‌های مذهبی و آیات و عبارات قرآنی باشد تأثیر بسیار زیادی در کودک دارد. اثر فعالیت‌های عبادتی مادر همواره در ذهن کودک نقش بسته و انسان را به یاد آن می‌اندازد. بنابراین، مادر باید از این موقعیت استفاده کرده و زمینه هر چه بهتر تربیت دینی کودک را فراهم کند. امام باقر علیه السلام فرمود: «إِذَا بَلَغَ الْعِلَامُ ثَلَاثَ سِنِينَ فَقُلْ لَهُ سَبْعَ مَرَّاتٍ قُلْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ ثُمَّ يَتْرُكُ حَتَّى يَبْلُغَ ثَلَاثَ سِنِينَ وَسَبْعَةَ أَشْهُرٍ وَعَشْرِينَ يَوْمًا ثُمَّ يَقَالُ لَهُ قُلْ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ سَبْعَ مَرَّاتٍ وَ...؛ هنگامی که کودک به سه سالگی رسید به او بگویند هفت مرتبه بگوید لا اله الا الله (تا بیاموزد)، در چهار سالگی به او بگویند که هفت مرتبه بگوید محمد رسول الله (تا یاد بگیرد)، در پنج سالگی رویش را به قبله متوجه کنند و به او بگویند که سر به سجده بگذارد، در پایان شش سالگی، رکوع و سجده صحیح را به او بیاموزند و در هفت سالگی به طفل گفته شود که دست و رویت را بشوی و پس از آن به او گفته شود: نماز بخوان» (طبرسی، ۱۹۷۲/۱، ۲۲۲).

مهمترین و نخستین الگوی رفتاری و اخلاقی فرزند، مادر است چنانچه طرز رفتار مادر و برخورد او با دیگران در موقعیت های مختلف، تأثیر مستقیم در چگونگی تعاملات فرزندش در آینده دارد. اگر مادر به وظیفه خود عمل نکند و در برابر چشمان کودک، دست به رفتارهای نامناسب و ناشایست بزند، کودک از وی پیروی می کند و در نتیجه، انسانی پست و منحرف تربیت خواهد شد. (احسانی، ۱۳۸۷) هر عملی که مادر انجام می دهد و هر سخنی که بیان می کند دستورات عملی برای زندگی بعدی و یا کنونی کودک است و کودک همه چیز را می بیند و می شنود. این مادر است که با گفتن سخن حق، کودک را از دروغ مصون می دارد، با تنبیه وی در صورت ارتکاب خطا از اشتباهات بعدی او پیشگیری می کند، سستی در انجام کارها، خودداری از انجام مسئولیت، خلف وعده کردن، بدگویی از اطرافیان، امر و نهی های نابه جا، خودبرتربینی و مسخره کردن دیگران همگی از موارد سوء آموزشی است که مادر به طور ناخودآگاه به کودک منتقل می کند و موجب نقش بستن این افعال نامناسب در ضمیر وی می شود.

تربیت جنسی عبارت است از فراهم آوردن زمینه رشد متناسب غریزه جنسی همراه با رشد دیگر جنبه های جسمی و معنوی انسان و نیز پیشگیری از انحرافات و لغزش های مربوط به آن. (احسانی، ۱۳۸۷) در این باره وظیفه مادر بسیار سنگین است؛ زیرا اگر مواظبت های جنسی و آموزش های آن از کودکی وجود نداشته باشد، ممکن است با فرارسیدن دوران بلوغ، کار از کار بگذرد و توصیه های تربیتی اثری نداشته باشد. مادر به عنوان مشاور و راهنمای مناسبی برای فرزند، می تواند از همان آغاز زندگی، آداب مثبت و پسندیده را به او بیاموزد. به ویژه باید در آموزش مسائل جنسی و غریزی به فرزندان توجه بیشتری داشته باشد و پسر و دختر را آن گونه که شایسته یک فرزند مسلمان است، تربیت کند. خواجه نصیرالدین طوسی در این باره می نویسد: «ابتدا باید به تربیت قوه شهویه فرزند پرداخت و قبل از اینکه مشکلی برایش عارض شود او را با آداب اسلامی آشنا ساخت.»

باید برخی رفتارهای ساده و قابل فهم مربوط به جنسیت را از همان سنین کوچکی به فرزند آموخت. برای مثال باید به دختران کوچک آموخت که نباید نامحرم با آنها تماس بدنی داشته باشد و به جز محارم، کسی حق ندارد آنها را ببوسد. امام کاظم علیه السلام فرمود: «إِذَا أَتَتْ عَلَى الْجَارِيَةِ سِتُّ سِنِينَ لَمْ يَجُزْ أَنْ يَقْتَلَهَا رَجُلٌ لَيْسَتْ هِيَ بِمَحْرَمٍ لَهُ وَلَا يَضُمُّهَا إِلَيْهِ؛ وَتَمَّتْ دَخْتَرِبِجَه، شَشَّ سَالَهُ شَدَّ جَاوِزَ نَيْسَتْ مَرْدٌ نَامَحْرَمٌ أَوْ رَابَبُوسَدُ وَهَمَجْنِينِ نَمِي تَوَانَدُ أَوْ رَادِرَ آغُوشَ بَغِيْرِدِ (بغل کند)» (حرعاملی، بی تا، ۲۸/۵).

البته پیش از این باید محرم و نامحرم را برای آنها تعریف کرد و توضیح داد که چه کسی محرم و چه کسی نامحرم است. مادر در این مورد نیز بر دیگر افراد خانواده اولویت دارد و می تواند توضیح لازم و مناسب را به فرزند ارائه دهد. (احسانی، ۱۳۸۷، ص ۸۳) مادر باید فضای خانه را به گونه ای آماده کند که کمترین نشانه ای از تحریکات جنسی در آن مشاهده نشود و با آموزش مسائلی همچون اجازه گرفتن هنگام ورود به اتاق والدین و حفظ پوشش عورت در برابر نامحرم به تربیت آنها بپردازد.

#### ۴-۲-۴. پرورش عزت نفس

تقویت عزت نفس در شمار اصول تعلیم و تربیت است و مادر باید به آن توجه ویژه ای داشته باشد؛ زیرا نادیده انگاشتن عزت نفس کودک، به تکبر و غرور یا به ضعف نفس او می انجامد که هر کدام، پیامدهای نامطلوب تربیتی به همراه دارد. از این رو باید عزت نفس را از زمان کودکی در فرزندان ایجاد و تقویت کرد و آنها را با آن ویژگی پرورش داد. پیامبران و بزرگان دین نیز عزت نفس و شجاعت و بزرگواری را از کودکی آموختند و در مواقع لازم از آن بهره گرفتند. برای افزایش عزت نفس کودک راه های زیادی وجود دارد مانند احترام و اعتماد به فرزند، عشق و محبت، دادن مسئولیت به او و تشویق و تحسین او. از آنجا که کودک بیشترین اثرپذیری را از مادر دارد هیچ کس به اندازه او نمی تواند موجب پرورش عزت نفس در وی شود. از این رو نباید کارهایی را انجام دهد که با عزت فردی و خانوادگی اش منافات دارد. مادر می تواند با تشویق های کلامی و عملی، روحیه غیرتمندی فرزند را تقویت کند. مادر با رعایت حجاب کامل خود به دخترش می فهماند که حجاب برای زن مسلمان، عزت است و او را

در برابر نامحرم حفظ می‌کند. (احسانی، ۱۳۸۷) وقتی فرزند با چنین روحیه‌ای پرورش یابد در آینده در حضور جامعه برای نفس خود احترام قائل بوده و تن به هر ذلتی نخواهد داد.

#### ۳-۴. وظایف زن هنگام حضور در اجتماع

یکی از جنبه‌های فعالیت زن، فعالیت در اجتماع و اشتغال در فضای بیرون از خانه است. در دین اسلام، زنان نیز می‌توانند هم‌پای مردان به کسب و کار بپردازند چنانچه مقام معظم رهبری در بیانات خود به این امر اذعان داشت. از دیدگاه او زن و مرد از نظر جنبه‌های انسانی، تفاوتی با هم ندارند و جنسیت نسبت به انسانیت در درجه دوم اهمیت قرار دارد. زن و مرد همواره در ارزش‌های اسلامی و انسانی و وظایف عمومی یک انسان در جامعه اسلامی همسو و هم‌سطح هستند و تنها در وظایف اختصاصی، آن هم براساس خصوصیات آفرینش آنها اختلافاتی وجود دارد. ایشان با اشاره به عمومیت حدیث: «مَنْ أَصْبَحَ لَایْهَتُمْ بِأَمْرِ الْمُسْلِمِينَ فَلَيْسَ بِمُسْلِمٍ» و عدم اختصاص آن به جنس مذکر، اهتمام به امور مسلمانان، جامعه اسلامی و مسائل جهانی را وظیفه انسانی همه افراد اعم از زن و مرد می‌داند. لازمه حضور و فعالیت زن در اجتماع، رعایت قیود و شرایطی است که در دین اسلام بیان شده است؛ زیرا حضور بی‌ضابطه زن در حوزه عمومی نه تنها موفقیتی برای وی به ارمغان نخواهد آورد بلکه کرامت انسانی و شخصیت واقعی او را نیز از بین خواهد برد، زن را طعمه دام صیادان شهوت پرست کرده و او را از قله بلند عزت و کرامت به پرتگاه ذلت شهوت ساقط خواهد کرد. اسلام با در نظر گرفتن ابعاد مادی و معنوی زن و با در نظر گرفتن تأثیر اعمال و رفتار وی در سعادت ابدی او و دیگران، مقرراتی را برای حضور زن در اجتماع وضع کرده است که در ادامه بیان می‌شود.

#### ۳-۴-۱. حضور توأم با پوشش و حجاب

اسلام، حبس کردن زن در خانه را جایز نمی‌داند و مخالفتی با شکوفایی و بروز استعدادهای زن از طریق حضور و فعالیت در جامعه ندارد بلکه می‌گوید حضور زنان در اجتماع باید همراه با رعایت شرایطی باشد. حضور زن در جامعه باید با رعایت عفاف و حجاب باشد و این امری لازم است و وجوب آن مورد اتفاق فقهاست. پوشش زن در بیرون از خانه نباید به گونه‌ای باشد که باعث تحریک مردان

شود. بنای حجاب در اسلام، عدم التذاذ غیر از شوهر از زن است. لذت بردن از زن، محدود به همسر و محیط خانه است نه در خارج آن. اینکه اسلام برای زن در بیرون از محیط خانه، حجاب را لازم دانسته، خواستار حضور وی در جامعه است؛ حضور انسانی نه حضور جنسی. برای حضور زنان در جامعه مسئله حجاب واجب دانسته شده است. در دستگاه خلقت، زن موجودی زیبا و جاذب جنس مخالف قرار داده شده است و زنی احترام و ستایش بیشتری دارد که حجاب و پوشش بهتر و کامل تری داشته باشد. در واقع الزام حجاب برای زن، تأییدی بر حضور وی در اجتماع است و حجاب و پوشش در محیط خانه و نزد همسر و محارمش حرفی بی معناست. (فتاحی زاده و رضایی، ۱۳۹۶)

شرکت زن در جامعه با پوشش نامناسب، جاذب جنس مخالف است؛ زیرا در فطرت مرد، گرایش به زیبایی جنس مخالف نهاده شده است. عدم رعایت عفاف از ناحیه زن موجب شهوت رانی و اذیت افراد مریض می شود. بنابراین، حجاب نه تنها محدودیت نیست بلکه نشانه حرمت زن و حیثیت و حفظ امنیت او است. خداوند در قرآن می فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِأَزْوَاجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ ذَلِكَ أَدْنَى أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَكَانَ اللَّهُ غَفُوراً رَحِيماً» (احزاب: ۵۹). حفظ عفت و حضور با حجاب اسلامی از مهمترین اصول فعالیت اجتماعی زنان و راهی برای درمان بودن از نگاه های شهوت آلود و بیمارگونه مردان شهوت پرست است. پوشش، پیام پاک دامنی و تقواست، پیام حیا و عفت است. زنی که با پوشش از منزل خارج می شود این پیام را به مردان نامحرم و به مخاطبان خود منتقل می کند و مردان نیز با گرفتن این پیام از وی حریم می گیرند؛ نه زن، مردان را به سوی خود می خواند و نه مردان به وی نزدیک می شوند و به این ترتیب او کمتر مورد آزار دیگران واقع می شود (طاهری نیا، ۱۳۸۹). محجبه بودن زن همچنین موجب حفظ آرامش در محیط کاری می شود. زن با حضور در اجتماع با پوشش اسلامی می تواند سبک زندگی اسلامی را محقق کند.

#### ۴-۳-۲. حضور به دور از خودآرایی و تبرج

تبرج و خودنمایی از جمله ویژگی هایی است که به طور غریزی در زنان وجود دارد. به همین دلیل، دین از این جنبه غافل نبوده و توصیه می کند که آرایش و زینت زن در خانه و برای شوهر باشد. این

امر، پوشش زن را نیز شامل می‌شود و نوع لباس زن باید به دور از هرگونه تبرج و خودنمایی باشد. نحوه تلبس زن مسلمان برای حضور در جامعه باید به گونه‌ای باشد که نمایانگر زیبایی‌های او و جذب جنس مخالف نباشد. امروزه، انواع لباس‌های تنگ و زننده با مدل‌های برخاسته از فرهنگ غرب، همگی توطئه دشمنان اسلام است و به جای اینکه حافظ امنیت و مصونیت زن باشد وسیله‌ای است برای جذب و تحریک قلب‌های مردان هوسران. عدم استعمال بوی خوش که موجب جلب توجه مردان نامحرم شود امر دیگری است که در این رابطه باید مورد توجه قرار گیرد و باید از آن در بیرون از محیط خانه اجتناب کرد. امام صادق علیه السلام در روایتی می‌فرماید: «عن ابی عبدالله علیه السلام قال: قال رسول الله صلی الله علیه و آله: أی امرأة تطیبت و خرجت من بیتها فهی تلعن حتی ترجع إلی بیتها متی ما رجعت؛ هر زنی عطر زند و خود را خوش بو کند و از منزل خارج شود او مطرود از رحمت خداوند است مادامی که به منزل برگردد، هر قدر طول بکشد و تا هر زمان که برگردد» (حرعاملی، بی تا، ۱۱۴/۱۴). شاید بتوان گفت زنانی که با آرایش در جامعه حاضر می‌شوند به دنبال جلب توجه و نگاه افراد نامحرم هستند و این، امری است که در دین اسلام پذیرفته نیست. خودآرایی و زینت زن باید برای شوهر و در خانه باشد نه بیرون از آن.

#### ۳-۳-۴. حضور توأم با متانت و وقار در راه رفتن

یکی دیگر از ضوابط حضور زنان در عرصه اجتماع در سبک زندگی اسلامی، رفتار همراه با عفت و متانت است. نحوه راه رفتن و قدم برداشتن زن باید به گونه‌ای باشد که وقار وی حفظ شود نه اینکه با طنازی و عشوه‌گری همراه باشد و موجب جلب توجه مردان نامحرم شود. آیه ۳۱ سوره نور به این امر اشاره دارد و می‌فرماید: «وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ؛ زن مسلمان باید به گونه‌ای میان مردم رفت و آمد کند که سنگینی، عفاف و وقار از آن هویدا باشد و از ایجاد زمینه‌های گناه و فساد جلوگیری شود». آیه ۲۵ سوره قصص می‌فرماید: «فَجَاءَتْهُ إِحْدَاهُمَا تَمْشِي عَلَىٰ اسْتِحْيَاءٍ قَالَتْ إِنَّ أَبِي يَدْعُوكَ لِيَجْزِيَكَ أَجْرَ مَا سَقَيْتَ لَنَا فَلَمَّا جَاءَهُ وَقَصَّ عَلَيْهِ الْقِصَصَ قَالَ لَا تَخَفْ نَجَوْتَ مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ؛ پس (چیزی نگذشت که) یکی از آن دو (زن) درحالی که با حیا و عفت راه می‌رفت نزد او آمد و گفت: همانا پدرم از شما دعوت می‌کند تا مزد اینکه برای ما آب دادی را به تو بپردازد. پس



همین که موسی عَلَيْهِ السَّلَامُ نزد آن پدر پیر (حضرت شعیب) آمد و سرگذشت خود را برای او بازگو کرد او گفت: نترس، تواز (دست) گروه ستمگران نجات یافتی». علامه طباطبایی در تفسیر این آیه می‌گوید: «علت نکره آمدن استحياء، نشان دادن متانت و عفاف در راه رفتن دختر شعیب است. قدم برداشتن بدون وقار و همراه با حرکات محرک و سبک، شایسته یک زن مسلمان نیست و موجب سوء برداشت افراد بیمار می‌شود».

#### ۴-۳-۴. حضور همراه با حیا در گفتار

در سبک زندگی اسلامی، متانت در سخن گفتن، یکی دیگر از اموری است که زن در محیط اجتماع ملزم به رعایت آن است. صدای زن، ظرافتی دارد که موجب تحریک جنس مخالف می‌شود. برای همین در قرآن از زنان خواسته شده که هنگام گفت‌وگو با مرد اجنبی به گونه‌ای سخن نگویند که موجب به هیجان افکندن او شوند که از آن تعبیر به خضوع در قول می‌شود. «فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ وَقُلْنَ قَوْلًا مَعْرُوفًا؛ پس زنهار نازک و نرم (با مردان) سخن مگویید مبادا آنکه دلش بیمار (هوی و هوس) است به طمع افتد (بلکه متین) و درست و نیکو سخن گویند» (احزاب: ۳۲). خضوع در قول، حالت خاصی از گویش همراه با نرمی در نازک کردن صدا و بیان کلمات است. مانند سخن گفتن مادر با کودک هنگام جلب توجه او و یا صحبت زن با همسرش در برخی موارد. این شیوه سخن گفتن موجب ایجاد احساسی خاص در طرف مقابل می‌شود و نظرش را به او جلب می‌کند. منظور از قول معروف که در ادامه آیه آمده است، سخن گفتن بدون ناز و ادا و نازک کردن صدا و مانند آن است به نحوی که موجب جلب نظر و به طمع انداختن مرد نامحرم نشود (احمدی و جربندی، ۱۳۹۰).

در سبک زندگی اسلامی، نحوه صحبت کردن زن باید به شکل شایسته و مناسب و با جدیت و لحنی محکم باشد و همراه با رضایت خداوند و رسول صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ باشد. زن باید از بذله‌گویی و شوخی کردن با مرد نامحرم چه در فضای کار و چه در محیط‌های دیگر بپرهیزد. بنابراین، زن برای حضور در

اجتماع باید متانت و وقار خود را چه در گفتار، چه در کردار و سکنات و برخورد با نامحرمان حفظ کند و این‌گونه به سلامت جامعه کمک کند.

## ۵. نتیجه‌گیری

سبک زندگی اسلامی به مجموعه‌ای از موضوعات مورد قبول اسلام در عرصه زندگی اشاره دارد که براساس آن، معیار رفتار انسان باید مبتنی بر اسلام و آموزه‌های اسلامی باشد. اعتقادات، اخلاقیات و عبادات از مبانی سبک زندگی در اسلام هستند. زنان به‌عنوان بخش بزرگی از جامعه، نقش مهمی در ایجاد چنین روشی از زندگی دارند. فعالیت در محیط خانواده به‌عنوان همسر و مادر و در عرصه جامعه به‌عنوان زن شاغل از مواردی هستند که زنان می‌توانند مؤثر واقع شوند. زن با انجام وظایف خود به‌عنوان همسر مانند اطاعت از شوهر، زینت برای شوهر، پرهیز از آزار وی، ابراز محبت، قناعت کردن و تأمین نیازهای جنسی همان‌گونه که در دین اسلام آمده است، می‌تواند در تحقق سبک زندگی اسلامی گام بردارد. در قالب مادری نیز زن با تعلیم و تربیت کودک از نظر اخلاقی، دینی، جنسی و پرورش عزت نفس می‌تواند گام دیگری در ایجاد جامعه سالم بردارد. حضور و فعالیت مؤثر زن در اجتماع نیز امری غیرقابل چشم‌پوشی است که در ابعاد مختلف می‌تواند نقش آفرین باشد، اما برای این حضور و تأثیر مطلوب، اسلام شرایطی قرار داده است از جمله: پوشش مناسب، خودداری از تبرج و زینت، متانت و عفت در گفتار، کردار و راه رفتن. اینها مواردی هستند که زن در صورت رعایت و کاربست آنها در عرصه‌های مختلف زندگی بر مبنای فرامین الهی می‌تواند سبک زندگی اسلامی را محقق سازد و نقش وی در این راستا امری غیرقابل انکار است.

## فهرست منابع

- \* قرآن کریم.
۱. ابن منظور، محمد بن مکرم بن علی (۱۴۱۴)، لسان العرب. بیروت: دارصار.
  ۲. احسانی، محمد (۱۳۸۷)، نقش مادران در تربیت دینی فرزندان. قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما.
  ۳. احمدی، سید مهدی، و سیدی جربندی، سیده رقیه (۱۳۹۰). مشارکت اجتماعی زنان از دیدگاه کتاب، سنت و فقه اسلامی. نشریه جامعه‌شناسی زنان، سال دوم، شماره اول.

۴. انصافی مهربانی، سپیده، و بیگی، نفیسه (۱۳۹۵). تبیین جایگاه مادر در سبک زندگی اسلامی با تأکید بر آیات و روایات. همایش کنگره بین‌المللی فرهنگ و اندیشه دینی.
۵. بخشی، منصوره (۱۳۹۶). نقش خانواده در گسترش سبک زندگی اسلامی. پژوهشکده مطالعات اسلامی باقرالعلوم (ع).  
 ۶. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۶۰). غررالحکم و دررالکلم. قم: دفتر تبلیغات اسلامی.  
 ۷. حرعاملی، محمد بن حسن (بی‌تا). وسائل الشیعه. قم: مؤسسه آل‌البیت (ع).  
 ۸. دشتی، محمد (۱۳۷۳). نهج‌الحیاه (فرهنگ سخنان فاطمه (ع)). قم: مؤسسه تحقیقاتی امیرالمؤمنین.  
 ۹. زبیدی، مرتضی (بی‌تا). تاج‌العروس من جواهرالقاموس. بیروت: دارالفکر.  
 ۱۰. سبزواری، سید عبدالعلی (بی‌تا). مهذب الاحکام فی بیان حلال و الحرام. قم: دارالتفسیر.  
 ۱۱. سیستانی، سیدعلی (۱۴۱۳). منهج‌الصالحین. بی‌جا: بی‌نا.  
 ۱۲. صنعی، ماندانا (۱۳۸۹). سبک زندگی اسلامی. همایش روان‌شناسی تعلیم و تربیت و سبک زندگی.  
 ۱۳. طاهری‌نیا، احمد (۱۳۸۹). زن و کیفیت حضور او در اجتماع (از منظر قرآن). قم: معرفت: مؤسسه آموزشی - پژوهشی امام خمینی (ع).  
 ۱۴. طبرسی، رضی‌الدین ابی‌نصر الحسن بن الفضل (۱۳۷۲). مکارم‌الاخلاق. بیروت: مؤسسه الأعلمی للمطبوعات.  
 ۱۵. فرهاد توسکی، سمانه (۱۳۹۳). ترویج سبک زندگی اسلامی و نقش تربیتی زنان. نشریه پیام زن، ۳ (۲۱).  
 ۱۶. قاسمی‌روشن، ابراهیم (۱۳۸۹). همسرآزاری؛ رفتارشناسی آزار علیه شوهر. نشریه کتاب زنان، شماره ۲۰، ص ۴۳.  
 ۱۷. کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۶۷). الکافی. تصحیح و تعلیق: غفاری، علی‌اکبر. تهران: دارالکتب الاسلامیه.  
 ۱۸. مجلسی، محمدتقی (۱۴۰۳). بحارالأنوار. بیروت: دار احیاء التراث العربی.  
 ۱۹. معین، محمد (۱۳۸۵). فرهنگ فارسی. تهران: مؤسسه انتشارات امیرکبیر.  
 ۲۰. مهدوی کنی، محمدسعید (۱۳۸۷). دین و سبک زندگی. تهران: دانشگاه امام صادق (ع).  
 ۲۱. موسوی خمینی، سیدروح‌الله (۱۳۹۲). تحریرالوسیله. تهران: دفتر تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ع).  
 ۲۲. موسوی، سیدکاظم (۱۳۹۳). فضیلت اخلاقی در زندگی زن و مرد. نشریه علمی - پژوهشی زن و فرهنگ، شماره ۲۰، ۲۷-۳۹.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
 پرتال جامع علوم انسانی