

بررسی نقش زنان در بهبود بهداشت روانی خانواده اسلامی ایرانی

با الهام از زندگی حضرت علی (ع) و فاطمه (س)

تاریخ دریافت مقاله: ۹۲/۵/۲

تاریخ تأیید مقاله: ۹۲/۹/۱۸

علیرضا یوزباشی *

محمد نوروزی **

روح اله فتح قریب بیدگلی ***

چکیده:

در پژوهش حاضر بر نقش بانوان در بهبود بهداشت روانی خانواده ایرانی تأکید و در این راستا از زندگی حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س) الهام گرفته شده است. روش پژوهش، توصیفی و از نوع تحلیل اسنادی بوده، کلیه مراجع مرتبط با موضوع به عنوان جامعه پژوهش محسوب شده‌اند. به علاوه، در انجام پژوهش، نمونه‌گیری به عمل نیامده و کلیه منابع و مراجع موجود و در دسترس، اعم از کتب، مقالات و گزارش‌های پژوهشی بررسی شده است. ابزار پژوهش، فرمهای فیش‌برداری از منابع و مراجع مذکور بوده است. به علاوه، داده‌های جمع‌آوری شده از نوع کیفی بوده و بنابر این، با ملاحظه ماهیت داده‌ها به طبقه‌بندی، تحلیل، استدلال و استنتاج منطقی آنها پرداخته شده است. در زمینه بهبود بهداشت روانی خانواده، نقش بانوان به علت مقتضای لطافت روحی و روانی و همچنین تناسب خلقت، پررنگ‌تر از مردان است. در این پژوهش سعی شد با مروری جامع بر منابع موجود، نقش بانوان در زمینه بهبود بهداشت روان از دیدگاه حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س) بحث و بررسی شود. نقش بانوان در جهت بهبود بهداشت روانی خانواده با توجه به دو متغیر فضایل اخلاقی و آیین همسرمداری مورد بحث و بررسی قرار گرفت. نتایج حاکی از آن است که چنانچه بانوان با الگوپذیری از زندگی حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س)، در زمینه فضایل اخلاقی به ابعادی همچون: سادگی، تقوا، زهد و پارسایی، سخن نیکو، عفو و گذشت، ادب و احترام، محبت، خوشرویی، عفاف و پاکدامنی، حلم و بردباری و همچنین آیین همسرمداری به ابعادی مانند تقسیم کار، پذیرش سرپرستی مرد بر زن در خانواده، سازگاری و تفاهم و تأمین غرایز جنسی توجه داشته باشند و آن را سرلوحه زندگی خود سازند، می‌توانند موجبات بهبود بهداشت روانی خانواده را فراهم کنند.

واژگان کلیدی: زنان، خانواده اسلامی ایرانی، بهداشت روان، حضرت علی (ع)،

حضرت فاطمه (س).

* دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی دانشگاه تهران. Email: ayouzbashy@ut.ac.ir

** کارشناس ارشد تعلیم و تربیت اسلامی دانشگاه شاهد تهران. Email: mnma67@gmail.com

*** کارشناس ارشد برنامه‌ریزی آموزشی دانشگاه تهران.

مقدمه

خانواده، تنها نهاد فطری و طبیعی انسان است. خانواده نه تنها یکی از نهادهای مهم اجتماعی، بلکه تنها نهاد فطری است که همتا ندارد و در شکل‌گیری و چگونگی روابط بین فردی، گروهی و ساختار فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و آموزشی جوامع، نقش تعیین‌کننده‌ای دارد. خانواده دو رکن دارد: زن و شوهر؛ فرزند هم می‌تواند وارد خانواده شود. خانواده مخلوق خالق زوج‌آفرین است. حکمت خالق بر این است که مخلوقات خود را با قابلیت زوجیت آفریده است (دهنوی، ۱۳۸۷: ۷). زن در تفکرات قرآنی همانند مرد، تکامل‌پذیر و اوج‌گراست. قرآن هر گاه از کمالات انسانی سخن می‌گوید، بانوان را نیز همدوش مردان مطرح می‌کند. راه رسیدن به کمالات انسانی و تقرب به خداوند متعال، به طور مساوی برای مردان و زنان باز است (مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۱۱: ۲۲۱). در سوره نساء می‌خوانیم: و کسی که چیزی از اعمال صالح را انجام دهد، خواه مرد باشد یا زن، در حالی که ایمان داشته باشد، چنان کسانی داخل بهشت می‌شوند و کمترین ستمی به آنها نخواهد شد. در طول تاریخ، بانوان در خانواده نقش هستی‌بخش داشته، یک از مهم‌ترین محیط‌های مؤثر بر سلامت بدنی و روانی افراد به شمار رفته است. بانوان در خانواده، شرایط لازم را برای رشد و رسیدن به توازن جسمی، روانی و اجتماعی افراد خانواده فراهم می‌کنند. (موسوی، ۱۳۷۹: ۸۷)

خانواده مانند یک سیستم است و در عین حال که یک سیستم است، خود زیرسیستم یک نظام اجتماعی هم است و تحت تأثیر مسائل مختلف جامعه، مسائل اجتماعی-اقتصادی و ارتباطات و سایر مسائل قرار دارد. امروزه خانواده‌ها با مشکلات بسیاری دست و پنجه نرم می‌کنند که برخلاف توانایی و حتی آمادگی آن است. این مشکلات می‌تواند اثرات مخرب بر روی بهداشت روانی خانواده‌ها داشته باشد. سلامت روان یکی از مهم‌ترین عوامل در ارتقا و تکامل انسانها محسوب می‌شود (فرح‌بخش و همکاران، ۱۳۸۶: ۶۱). در جهان امروز، بهداشت روانی از اهمیت بسیاری برخوردار است؛ زیرا در عصری زندگی می‌کنیم که به موازات پیشرفتهای فناوری، صنعتی، اقتصادی و اجتماعی؛ نابسامانی‌های روانی و نفسانی روز به روز در حال گسترش است و بسیاری از افراد از ناراحتی‌ها و نابسامانی‌های روانی به شدت رنج می‌برند و نه تنها خود در عذابند، بلکه خانواده و جامعه را نیز دچار مشکل می‌کنند. (لشکری، ۱۳۸۱: ۷۴)



برخی مطالعات نشان داده‌اند که حجم مسائل رفتاری و روانی در کشورهای در حال توسعه رو به ازدیاد است (بهرامی، ۱۳۸۱: ۱۸۱). اختلالات روانی، مشکلاتی جدی و شایعی‌اند که در تمام دنیا مشاهده می‌شوند. ۴۰ درصد تمام ناتوانی‌ها به علت اختلالات روانی، روانی-اجتماعی و عصبی بوده و این موارد که بخشی زیادی از اعتبارات دولت را به خود اختصاص داده و اثرات اجتماعی ناگواری در پی دارد، سبب بذل توجه مسئولان به این مشکلات و در نتیجه، به بهداشت روانی شده است. (خرمایی، ۱۳۷۱: ۶)

فرهنگ بزرگ روان‌شناسی لاروس، بهداشت روانی را چنین تعریف می‌کند: «استعداد روان برای هماهنگی، خوشایند و مؤثر کار کردن؛ برای موقعیتهای دشوار، انعطاف‌پذیر بودن و برای بازیابی تعادل خود، توانایی داشتن». از نظر سازمان جهانی بهداشت: «بهداشت روانی در درون مفهوم کلی بهداشت جای می‌گیرد و بهداشت؛ یعنی توانایی کامل برای ایفای نقشهای اجتماعی، روانی و جسمی». مکتب انسان‌گرایی معتقد است که بهداشت روانی؛ یعنی ارضای نیازهای سطوح پایین و رسیدن به سطح خودشکوفایی. مکتب روان‌کوی در تعریف بهداشت روانی، بر سازگاری فرد با محیط تأکید دارد و معتقد است که بهداشت روان؛ یعنی کنش متقابل موزون بین سه عنصر مختلف شخصیت: نهاد، من و من برتر. بدین صورت که من باید بتواند بین تعارضهای نهاد و من برتر تعادل به وجود آورد. (گنجی، ۱۳۸۰: ۲۳)

بهداشت روانی عبارت است از مجموعه عواملی که در پیشگیری از ایجاد یا پیشرفت روند اختلالات شناختی، احساسی و رفتاری در انسان، نقشی مؤثر دارند. به عبارتی دیگر؛ انسان برای داشتن زندگی سالم با رضایت کامل و با پیشگیری و هم‌درمان، سعی می‌کند سلامتی فعلی خود را حفظ کند. (شاملو، ۱۳۸۲: ۱۸)

امروزه روان‌شناسان و متخصصان، بهداشت روانی خانواده را از دو دیدگاه مورد بررسی قرار داده‌اند. دیدگاه اول، خانواده و کارکرد آن را با دیدی اجتماعی می‌نگرد که در آن، خانواده تحت تأثیر مستقیم و غیر مستقیم نهادها و سازمانهای بزرگ‌تر جامعه است و همچنین اعضای خانواده با توجه به وضعیت اجتماعی و شخصیتی خود به طور متقابل بر هم تأثیر می‌گذارند. دیدگاه «سیستم‌های اجتماعی»، خانواده را با توجه به یک سری روابط و تعاملات پیچیده و متأثر از نهادها و سیستم‌های اجتماعی و بین فردی بررسی کند. خانواده چه نقشی می‌تواند در بهداشت روانی انسان ایفا کند؟ در وهله نخست در

میان نهادهای اجتماعی، این نهاد خانواده است که فرد در آن می‌تواند به سادگی فشارها و عقده‌های وارده از طرف جامعه را ابراز کند؛ به این معنی که محیط خانوادگی محیطی است که فرد در آن می‌تواند ابراز وجود کند.

دیدگاه دومی که متخصصان در تجزیه و تحلیل بهداشت روانی خانواده بدان اشاره کرده‌اند، خانواده را با توجه به گستردگی روابط با خارج از محیط خانواده بررسی می‌کند. «رویکرد سیستم‌های اکولوژیک» خانواده را با توجه به چند عامل اساسی بررسی می‌کند: (۱) فعالیتها و تعاملات متقابل در محیط پیرامون فرد، (۲) روابط ایجاد شده بین عوامل محیطی در اطراف فرد، (۳) نهادها و سازمانهای رسمی و غیر رسمی که تجربه‌های فرد و تعامل فرد را با عوامل دیگر تحت تأثیر قرار می‌دهند.

هر دو دیدگاه به روابط متقابل بین اعضای خانواده تأکید دارند. این دو دیدگاه جامعه و محیط زیست را پدیده‌ای قابل تغییر و انعطاف تلقی می‌کنند. پس در تجزیه و تحلیل عوامل مؤثر در بهداشت روانی اعضای خانواده باید هم به خصوصیات منحصر به فرد اعضا و هم به تعامل متقابل آنان با محیط زیست و جامعه توجه داشته باشیم.

در تجزیه و تحلیل عوامل مهم در بهداشت روانی خانواده، باید به چند مسئله مهم توجه داشت: خانواده نهادی اجتماعی و پویاست؛ بدین معنی که تعامل و رابطه خانواده با نهادها و سازمانهای جامعه و همچنین روابط اعضای خانواده با یکدیگر، در بررسی بهداشت روانی خانواده حائز اهمیت است. در این بین، دو عامل مهم روابط زناشویی و روابط بین کودکان و والدین حائز اهمیت بیشتری‌اند. (حمیدی و شهیدی، ۱۳۸۶)

چاهن (۱۹۹۱) نیز سلامت روانی را وضعیتی از بلوغ روان‌شناختی تعبیر کرده، که عبارت است از حداکثر اثربخشی و رضایت به دست آمده از تقابل فردی و اجتماعی که شامل احساسات و بازخوردهای مثبت نسبت به خود و دیگران می‌شود. سلامت در فرهنگ اسلام، به عنوان یک ارزش مطرح شده و بهداشت روان از دیرباز مورد توجه مسلمانان بوده است که سرچشمه آن را می‌توان در آیات قرآن و احادیث اهل بیت (ع) کاوید. راهکارهایی را که قرآن برای مقابله با فشارهای روحی و تأمین بهداشت روان انسان بیان فرموده، مورد توجه بسیاری از پژوهشگران بهداشت روان قرار گرفته است. (نورمحمدی و همکاران، ۱۳۹۰: ۷۸)

اسلام برنامه سالم‌سازی است. بنابر این، بدیهی است که همه قوانین، مقررات و



برنامه‌های اسلام، راه را برای آرامش خاطر و سلامت روان انسان و تحقق خلیفه‌الله بودن او، هموار و آماده می‌کند(آقایی و همکاران، ۱۳۸۷: ۱۵۰). البته قابل توجه است که بودند انسانهایی، شخصیت‌هایی، امت‌هایی و جمعیت‌هایی که با همه ادعاها و با برخورداری از همه علوم مقدماتی و ابزار شناخت و تفسیر، نتوانستند بدون رهنمودهای عترت پیامبر(علیهم‌السلام) حتی مباحث و مسائل ابتدایی قرآن را به درستی درک کنند و هر چه تلاش کردند فایده‌ای نداد.(دشتی، ۱۳۷۲: ۶)

خانواده‌ها در تاریخ زندگی خود، شاهد شخصیت‌های بزرگ و ارزنده‌ای بوده‌اند و همواره در دل حوادث و اثنای طوفانها و درگیری‌ها و انقلاب‌های سهمگین، افراد برجسته‌ای دیده به جهان گشوده‌اند و با تحرک و انقلاب عمیق خود، کشتی زندگی انسانها را به ساحل نجات رهبری کرده، از سقوط و فرو رفتن جامعه انسانی در غرقاب بدبختی و نابودی، جلوگیری به عمل آورده‌اند(سبحانی، ۱۳۷۰: ۴). در میان این گروه، دسته خاصی بیش از طبقات دیگر، مورد عشق و علاقه مردم می‌باشند و پیوند آنها با ابدیت بیش از دیگران استوارتر است. این گروه همان مریبان آسمانی و آموزگاران و پیشوایان پاک الهی‌اند که با مجاهدتهای پیگیر و جانبازی‌های خستگی‌ناپذیر خود، درهای سعادت را به روی توده‌ها گشوده، با عوامل فقر و بدبختی و نادانی و وحشیگری نبرد کرده و سرانجام، تمدن انسانی را پی‌ریزی نموده و جامعه انسانی را از سقوط بازداشته‌اند. بزرگ پیشوای جهان اسلام، امیرالمؤمنین علی(ع) و همسر گرامی‌شان حضرت فاطمه(س)، از چهره‌های بسیار درخشان و برجسته این گروه‌اند که نظیر آنها در تاریخ بشر، بسیار کم است و به حق می‌توان آنها را نمونه عالی انسان کامل خواند. حضرت علی(ع) و حضرت فاطمه(س) مانند امواجی‌اند که نور حیات و زندگی را در سرزمین اجتماع می‌پاشند، می‌خرشند و پیش می‌روند، تا روح حیات را در دورترین نقطه این اقیانوس، گسترش دهند. برای چنین افرادی، فنا و نابودی مفهوم ندارد و همواره اشعه حیاتبخش وجود آنها، بسان خورشید بر تارک اعصار می‌درخشد و روشنگر راه سعادت‌ها و پیروزی‌ها برای ملل جهان می‌باشد. بانوان در خانواده با توجه به نقش خطیری که در زندگی ایفا می‌کنند، می‌توانند با الگوپذیری از زندگی این شخصیت‌های والامقام، به طور حتم، موجبات بهبود سلامت روانی خانواده را فراهم کنند.

هدف در بهداشت روانی، متفاوت است. گاه هدف، پیشگیری اولیه است؛ یعنی هنوز بیماری اتفاق نیفتاده است. در حقیقت؛ زیربنایی‌ترین نوع پیشگیری، همین است که

بناست بنیان قوی در فرد ایجاد شود تا دچار آسیبهای روانی نشود. گاه هدف، پیشگیری ثانویه است یا به عبارتی؛ مداخلهٔ زودهنگام در شناخت و درمان سریع نشانه‌های یک اختلال. و گاهی هدف، پیشگیری ثالثه که عبارت است از کاستن عوارض جنبی که در حاشیهٔ یک مشکل روانی وجود دارد، (حسینی کبوترخانی و شمس‌الدین دیانی، ۱۳۸۶: ۹۲)

با توجه به مشکلات و کاستی‌هایی که در زمینه‌های مبانی اخلاقی و رفتاری بانوان در خانواده‌ها مشاهده می‌شود، این پژوهش با هدف اول بهداشت روان؛ یعنی راه‌های پیشگیری اولیه، مورد بررسی قرار گرفته است. یکی از گرایش‌های دورنی انسان، حس تقلید از دیگران است؛ به گونه‌ای که از کودکی این گرایش به روشنی دیده می‌شود. در بزرگسالی نیز بسیاری از ویژگی‌ها و رفتارهای فردی و جمعی متأثر از محیط پیرامونی است و به تبعیت از عملکرد کسان دیگر انجام می‌پذیرد. الگوهای عالی اخلاقی، انسانها را به طریق رستگاری و سعادت واقعی سوق می‌دهند و موجب می‌شوند که انسان مسیر درست و کمال مطلوب را بیابد و در آن جهت سیر کند.

همان طور که می‌دانیم یکی از راه‌های شناخت افراد، بررسی سخنان و کلام آنهاست؛ تا جایی که به واسطهٔ گفتار اشخاص می‌توان به شخصیت آنها پی برد. بعضی از سخنان، در طول تاریخ سینه به سینه حفظ شده و قرن‌ها در تاریخ باقی مانده‌اند، که علت آن می‌تواند زیبایی کلام یا حکیمانه بودن و شدت تأثیرپذیری آن باشد. سخنان حضرت علی(ع) و حضرت فاطمه(س)، علاوه بر این دو جنبه، دارای ابعاد گوناگون دیگری هم می‌باشد. هیچ موضوعی از معارف نیست که در سخنان آن بزرگواران منعکس نشده باشد. با توجه به مطالب پیش گفته، مسئلهٔ اساسی پژوهش حاضر، بررسی شیوه‌های تقویت ابعاد فضایل اخلاقی و آیین همسررداری در بانوان با الهام‌گیری از زندگی حضرت فاطمه(س) و حضرت علی(ع) است تا از این طریق، موجبات تقویت و بهبود بهداشت روانی را در خانوادهٔ ایرانی فراهم آورده شود. به منظور بررسی مسئلهٔ اساسی پژوهش، دو سؤال ذیل طرح و مورد بررسی واقع شده است:

۱. عمده‌ترین ابعاد فضایل اخلاقی برگرفته از زندگی حضرت علی(ع) و حضرت فاطمه(س) برای بهبود بهداشت روانی خانواده شامل چه مؤلفه‌هایی است؟
۲. عمده‌ترین ابعاد آیین همسررداری برگرفته از زندگی حضرت علی(ع) و حضرت فاطمه(س) برای بهبود بهداشت روانی خانواده شامل چه مؤلفه‌هایی است؟

روش پژوهش

با عنایت به عنوان و اهداف مطروحه، پژوهش به شیوه توصیفی و از نوع تحلیل اسنادی انجام شده است و کلیه مراجع مرتبط با موضوع، به عنوان جامعه پژوهش حاضر محسوب شده‌اند. به علاوه در انجام پژوهش، نمونه‌گیری به عمل نیامده و کلیه منابع و مراجع موجود و در دسترس، اعم از کتب، مقالات و گزارشهای پژوهشی بررسی شده‌اند. ابزار پژوهش، فرمهای فیش‌برداری از منابع و مراجع مذکور بوده است. داده‌های حاصل از بررسی، از نوع کیفی بوده، بنابراین، با ملاحظه ماهیت داده‌ها به طبقه‌بندی، تحلیل، استدلال و استنتاج منطقی آنها پرداخته شده است.

تجزیه و تحلیل پژوهش

۱. بررسی سؤال اول پژوهش

اولین سؤال پژوهش مبنی بر این بود که عمده‌ترین ابعاد فضایل اخلاقی برگرفته از زندگی حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه (س) برای بهبود بهداشت روانی خانواده شامل چه مؤلفه‌هایی است؟

از دواج مقدس‌ترین و پیچیده‌ترین رابطه میان دو انسان از دو جنس مخالف است که ابعاد وسیع، عمیق و هدفهای متعددی دارد. ازدواج بایستی برای تأمین سعادت خود و فرزندان، اطاعت از دستور حق و پیروی از روش انبیا صورت گیرد. فضایل اخلاقی چنان ارزش والایی در زندگی دارند که می‌توانند موجبات استحکام زندگی و تأمین بهداشت روانی خانواده را فراهم کنند. فضایل اخلاقی از دو جهت در زندگی انسانها حائز اهمیت است: اول اینکه، فضایل اخلاقی از جمله ارزشهای والای انسانی‌اند که با جنبه ملکوتی آدمی متناسب می‌باشند و موجبات تخلق انسانها به مقام قرب الهی و سعادت اخروی را فراهم می‌آورند. دوم اینکه، تأثیر فضایل اخلاقی در زندگی انسانها در بعد فردی و اجتماعی، امری قابل توجه و تأمل است و سلامت و آرامش روانی هر انسانی تا حد زیادی مربوط به خلق و خوی اوست (امینی، ۱۳۷۲). فضایل اخلاقی در ادیان آسمانی و به ویژه اسلام، اهمیت بسیار بالایی دارد. فضایل اخلاقی در سعادت و زندگی دنیوی و اخروی، فردی و اجتماعی انسانها تأثیر فراوانی دارند و به همین دلیل، تربیت اخلاقی باید در رأس برنامه‌های تربیتی باشد. با توجه به اهمیت ویژه‌ای که آگاهی و شناخت فضایل



اخلاقی در رشد و اعتلای انسان و بهبود سلامت روان دارد و همچنین با توجه به اهمیت نقش بانوان در این زمینه، مبانی فضایل اخلاقی از دیدگاه حضرت علی (ع) و حضرت فاطمه(س) مورد بحث و بررسی قرار گرفته است.

سخن نیکو

شیوهٔ گفتار و کلام زوجین، علاوه بر اینکه باید آمیخته با عشق، محبت و احساس باشد، در عین حال باید جلوه‌ای از شعور، عقل، وجدان و انصاف نیز در آن متجلی شود. امیرالمؤمنین علی(ع) به مردان چنین دستور می‌دهد که با آنان(زنان) در همه حال مدارا کنید، خوش‌زبان و نرم‌خو باشید و در تمام امور، نیکی کنید که واکنش آنان با شما به همین صورت باشد(حسنی کبوترخانی و شمس‌الدین دینی، ۱۳۸۶: ۹۲). بنابر این، زوجین باید از سخن زیاد، کثرت کلام، اضافه گفتن و بیان آنچه سود دنیوی و اخروی ندارد، بپرهیزند؛ چرا که بیشتر مشکلات و آسیب‌های روحی و روانی خانواده‌ها ناشی از کلام لغو و بیهوده است.

سادگی

از جمله اصول و فضایل اخلاقی، سادگی و پرهیز از تجمل‌گرایی و فخرفروشی و کبر و غرور است. سلمان فارسی می‌گوید: روزی حضرت فاطمه(س) را دیدم که چادری وصله‌دار و ساده بر سر دارد. در شگفت ماندم و گفتم:عجبا، دختران پادشاه ایران و قیصر روم بر کرسی‌های طلایی می‌نشینند و پارچه‌های زربفت به تن می‌کنند، وه! این دختر رسول خدا که نه چادر گران‌قیمت بر سر دارد و نه لباسهای زیبا. ایشان جواب دادند: ای سلمان! خداوند بزرگ، لباسهای زینتی و تخته‌های طلایی را برای ما در روز قیامت ذخیره کرده است. حضرت علی(ع) در فکری که اظهار می‌کردند، یا پند و اندرز می‌دادند، یا در مالی که می‌بخشیدند یا از بخشش آن جلوگیری می‌کردند، خودنمایی و تظاهر نداشتند. ایشان به شدت تکبر و خودپسندی را تقبیح می‌کردند و چه بسیار بود که ایشان فرزندان و یاران و فرمانداران خود را از تکبر و خودپسندی نهی می‌کردند. ایشان در نصیحت یارانش می‌فرمودند: هرگز خودپسند مباش. بدان که خودپسندی به هیچ روی شایسته نیست و آفت خردها و اندیشه‌هاست.(جرداق، ۱۳۸۷: ۱۵۷)



حلم و بردباری

حلم و بردباری از بزرگ‌ترین فضایل اخلاقی و نقطه مقابل خشم و غضب است. بردباری؛ یعنی قدرت تحمل در برابر رویدادها و جریان‌ات نامطلوب که انسان را به خشم در برابر آن وا می‌دارد. حضرت علی(ع) می‌فرمایند: انسان حلیم، گاهی با حلم و بردباری خود طرف مقابل خود را شکست می‌دهد و او را نسبت به کرده خود پشیمان می‌سازد. در جایی دیگر ایشان در زمینه تمرین در کسب فضایل اخلاقی می‌فرمایند: کسی که دوست دارد بردبار باشد ولی هنوز نتوانسته است به این فضیلت اخلاقی برسد، باید با تظاهر به بردباری؛ یعنی با بردباری نشان دادن در برابر برخوردهای جاهلانه و سفیهانه، به تدریج خلق بردباری را در جان و نفس خود بنشانند و به حلم برسند(ذوعم، ۱۳۸۶: ۷۷). در جایی دیگر می‌فرمایند: «الصبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ كَمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ، فَمَنْ لَا صَبْرَ لَهُ لَا إِيْمَانَ لَهُ» صبر برای ایمان، مانند سری برای بدن است. پس هر کس صبر ندارد ایمان ندارد(خرمی آرانی، ۱۳۸۹: ۹۸). حضرت فاطمه(س) می‌فرمایند: در لحظه‌های آخر زندگانی وقتی پدر صدای گریه مرا شنیدند، فرمودند: دخترم، هیچ کدام از زنان مسلمانان ارزش و مقام تو را ندارند، پس در صبر و بردباری همانند کمترین زنان نباش؛ زیرا تو سید و بزرگ زنان بهشت هستی.(دستی، ۱۳۷۲: ۱۶۳)

عفاف و پاکدامنی

عفاف؛ یعنی پارسایی و پاکدامنی و حفظ خود از هر گونه لغزش و آلودگی، و یکی از باورهای فطری است که خدای متعال آن را در وجود هر فرد قرار داده است و انسان بدون اکتساب، به آن میل و رغبت دارد. روح پرواپیشگی، از بدو خلقت آدمی تا کنون بر انسان حاکم بوده است. حیا و پاکدامنی نشانه آزادی و جوانمردی و لازمه ایمان است. خداوند متعال به بانوان به خاطر ساختار وجودی و جایگاهی که در جامعه دارند، حیا و آذرم بیشتری عنایت فرموده، لذا از این جهت، بانوان در زمینه عفاف، مسئولیت بیشتری را به عهده دارند. در بسیاری از روایات، حضرت فاطمه(س) از جهت پاکی و عفاف با حضرت مریم مقایسه شده و پاکی حضرت مریم در آیاتی مانند «یا مریم ان الله اصطفیک و طهرک»(آل عمران: ۴۲) و «مریم بنت عمران التي احصنت فرجها...»(تحریم: ۱۲)، مورد گواهی پروردگار عالم قرار گرفته است. همچنین عبدالله بن مسعود از رسول

خدا(ص) نقل می کند که فرمودند: فاطمه دامن خود را از هر گونه آلودگی حفظ کرده و خداوند نیز ذریه او را بر آتش حرام ساخت و از آتش حفظ کرد.(معارف، ۱۳۹۰: ۲۶)

پس یکی از ارکان سعادت بانوان که موجب بهره‌های مادی و معنوی بسیاری برای آنها خواهد بود، حجاب است. البته این مسئله تنها ویژه زنان نبوده و شامل مردان نیز می‌شود؛ اما نوع پوشش زنان به دلیل ساختار خاص جسمانی‌شان، مورد تأکید بیشتر قرار گرفته است(شریفی، ۱۳۸۷: ۱۸۷). حضرت زهرا(س) به مسئله حجاب بسیار اهمیت می‌دادند؛ هرگز مو و بدن او را نامحرم ندید و با اینکه در صحنه‌های مختلف حضور داشتند، هرگز از مرز حریم مقدس حجاب و پوشش صحیح اسلامی خارج نشدند(طباطبائی‌نسب، ۱۳۸۴: ۵۲). در روایت است که شخص نابینایی اذن خواست از فاطمه(س) که داخل خانه شود؛ فاطمه خود را از او مستور کرد. پیغمبر خدا(ص) به فاطمه(س) فرمودند به چه سبب خود را مستور کردی و حال آنکه این مرد نابینا نمی‌بیند تو را؟ عرض کرد: اگر او مرا نمی‌بیند، من او را می‌بینم. اگر در پرده نباشم، استشمام رایحه می‌کند. پس حضرت فرمودند: شهادت می‌دهم که تو پاره تن من هستی.(قمی، ۱۳۸۰: ۲۰۷)

حجاب موجب پاکیزگی قلبی و معنوی و تقویت عفاف و حیا می‌شود؛ از فحشا جلوگیری می‌کند و موجب آرامش روحی زن و مرد می‌شود(مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۱۰۴: ۳۴). حضرت علی(ع) می‌فرمایند: حجاب موجب شناخته شدن انسان به ایمان و سالم ماندن از آزار و طمع دیگران می‌شود.(نهج البلاغه: نامه ۳۱)

حضرت زهرا(س) بعد از وفات رسول خدا(ص)، هرگز لبخند نزده بودند؛ جز وقتی که آن تابوت پوشانده را دیدند. از خوشحالی خندیدند و فرمودند: این تابوت چقدر زیباست که مانع مشخص شدن حجم بدن می‌شود.(طباطبائی‌نسب، ۱۳۸۴: ۵۳)

خوشرویی

اولین هدیه‌ای که انسان می‌تواند به هنگام ملاقات، به دیگران عطا کند، خوشرویی و برخورد مناسب است. در عین حال، این صفت خوب از آسان‌ترین سخاوتهاست؛ به این معنی که در برخورد اولیه با اشخاص، اولین و بهترین هدیه از جانب انسان، خوشرویی است. حضرت فاطمه(س) می‌فرمایند: «خيارُكم اَلینکم منا کِبَهُ وَاکرمُهُم لِنِسائِهِم»؛ بهترین شما کسی است که در برخورد با مردم نرم‌تر و مهربان‌تر است و ارزشمندترین مردم



کسی است که با همسرش مهربان و بخشنده است (دستی، ۱۳۷۲: ۱۵۷). لذا خانواده‌ها با خوشرویی و حسن برخورد، آتش دشمنی را به دوستی و محبت بدل کنند؛ چرا که حضرت علی (ع) می‌فرماید: خوشرویی سبب و وسیلهٔ ایجاد محبت و دوستی است (آمدی، ۱۳۷۴، ج ۴: ۱۲۶) و هر کس بخواهد خیر و فایده‌ای داشته باشد، بهتر است اول خود را ملزم به خوشرویی کند تا اجرش محفوظ بماند و طرف مقابل او به جای کدورت و گرفتگی، با شیرین‌کامی و خوشحالی، بخشش و انفاق را دریافت کند. (کرباسی‌زاده، ۱۳۷۹: ۱۲۱)

محبت

یکی از حقایقی که ما در وجدان خود می‌یابیم و کسی نمی‌تواند منکر آن شود، حقیقتی است که نام آن را «حب» و به فارسی «دوستی» می‌گذاریم. محبت از بهترین روشهای تربیت اخلاقی اسلام است که با فطرت انسان همخوانی و تطابق بیشتری دارد. محبت نیروی فراوانی در برانگیختن احساسات درونی و شکوفایی گرایشهای متعالی انسان دارد؛ به گونه‌ای که هر گاه انسان به چیزی دل ببندد، این دلبستگی چنان او را مجذوب خود می‌سازد که همهٔ تمایلات و رغبتها را مجذوب خود می‌کند (حاجی بابائیان امیری، ۱۳۹۰: ۱۹۹). حضرت علی (ع) در این باره می‌فرماید: «(مَنْ أَحَبُّ شَيْئًا لِهَجِّ بَذَكَرِهِ)»؛ هر که چیزی را دوست بدارد، به یاد آن آزند می‌شود». هدف محبت، تأمین سلامت و بهداشت روانی انسان در دنیا و آخرت است. برخورد مثبت عاطفی خویشاوندان، یکی از مؤثرترین عوامل در برخورد با رویدادها و موقعیتهای فشارزای زندگی است. در دنیای مالا مال از فشار روانی، اگر بدانیم کسانی از ما حمایت می‌کنند، بیشتر در مقابل فشارها مقاومت می‌کنیم و بدین رو، بهداشت روانی ما تأمین می‌شود (حسینی، ۱۳۸۳: ۱۸۹). حضرت علی (ع)، می‌فرماید: «دوستی ورزیدن پیوند و نزدیکی با مردم را فراهم می‌آورد». (نهج البلاغه: حکمت ۲۱۱)

حضرت حق، اصل محبت، علاقه و عشق را در قلب زن و شوهر، نسبت به یکدیگر قرار داد و آن را از نشانه‌های وجود خود دانست و این حقیقت، نمایشگر عظمت و بزرگی مسئله محبت بین زن و شوهر است. انسان دستور دارد به همهٔ کسانی که مستحق عشق، دوستی و علاقه‌اند، محبت داشته باشد، چه رسد به نزدیک‌ترین افراد خودش که همسر و فرزندان او هستند. حضرت علی (ع) همیشه متبسم و شگفته‌رو بود؛ به گونه‌ای

که یکی از بهانه‌های مخالفان او برای تصدی حکومت این بود که علی بشّاش است. به نظر آنها، خلافت باید به عهده کسی باشد که تندخو و خشن است (خرمی آرانی، ۱۳۸۹: ۸۷). حضرت علی (ع) می‌فرماید: «حُسْنُ الْخَلْقِ خَيْرٌ قَرِينٌ وَ عِنَانٌ صَحِيفَهُ الْمُؤْمِنِ حَسَنٌ خَلْقُهُ»؛ خوش اخلاقی بهترین همراه انسان است و عنوان نامه عمل مؤمن، خوش خلقی اوست (همان: ۹۸). حضرت فاطمه (س) سعادت و رستگاری انصار را در محبت و دوستی با علی (ع) می‌داند و می‌فرماید: سعادت و رستگاری در کسی است که امام علی (ع) را در دوران زندگی و پس از شهادتش دوست داشته باشد. (دستی، ۱۳۷۲: ۴۹)

احترام و ادب

متغیرهای احترام و ادب، از جهات مختلف حائز اهمیتند. نظریه پردازان بزرگی مانند مزلو، راجرز، راتر و ... نیاز به احترام را از مهم‌ترین نیازهای روانی انسان شمرده‌اند. احترام متقابل زن و شوهر، از ضوابط و نکات مهمی است که رعایت آن سبب تحکیم در روابط زناشویی می‌شود. (دانش و حیدریان، ۱۳۸۲: ۶۱)

یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند همسرانی که توانسته‌اند پس از سالها، علاقه و احترام بین خود و همسرشان را حفظ کنند، از آرامش روانی بیشتری برخوردار بوده‌اند (همان: ۶۰). وجود احترام بین زن و مرد، یکی از وسایل مرموزی است که زن از ابتدا برای حفظ مقام و موقعیت خود در برابر مرد، از آن استفاده می‌کند. اسلام تأکید کرده است که زن هر اندازه متین‌تر و باوقارتر حرکت کند و خود را در معرض نمایش و تماس و شناسایی قرار ندهد، بر احترامش افزوده می‌شود (کریمی، ۱۳۸۳: ۱۹۱). مسلم است که هر انسانی به شخصیت خویش علاقه‌مند بوده و تمایل دارد دیگران نیز به شخصیت او احترام بگذارند. البته این احترام باید متقابل باشد تا اثرات و برکات آن، خانواده را در بر بگیرد. به علاوه، مرد به حکم آنکه مسئولیت سرپرستی خانواده را بر عهده دارد، لازم است از سوی اعضای خانواده به خصوص همسر خود مورد احترام ویژه قرار گیرد.

حضرت فاطمه (س) بسان یک بانوی نواندیش و با ایمان، بلکه بهتر و بیشتر، پیشوای راستین خویش را احترام می‌کرد و در برابر او سراپا گوش و هوش و عشق و انتخاب بود و نسبت به آن حضرت آن گونه که شایسته بود، شناخت داشت و آن گونه که می‌بایست، از او قدرشناسی می‌کرد. از سوی دیگر، حضرت امیرالمؤمنین (ع) نیز به بانوی بانوان همین

گونه احترام می‌کرد، احترامی شایسته و بایسته و وصف‌ناپذیر. ایشان می‌فرمایند: به خدا سوگند که در زندگی مشترک، هرگز به فاطمه (س) خشم نگرفته و او را به کاری وادار نساختم تا آن حضرت جهان را بدرود گفت و مرا به درد فراق خود گرفتار ساخت. او نیز به من هرگز خشم نگرفت و در هیچ کاری با من ناهمسازی نکرد. او به گونه‌ای بود که هر گاه به او می‌نگریستم، اندوه دل زدوده می‌شد. (کرمی، ۱۳۸۵: ۱۲۲)

شرافت و بزرگی هر انسانی به عقل و ادب اوست و هر چه انسان عاقل‌تر و مؤدب‌تر باشد، شرافتمندتر و بزرگوarter است. حضرت علی (ع) می‌فرماید: کسی که بی‌ادبی او، موجب پستی و خواری او شده باشد، شرافت حسب و نسب، او را بالا نمی‌برد. کسی که به خاطر بی‌ادبی در جامعه خوار و ذلیل شده و در چشم مردم، ارزش و بهایی ندارد، هیچ‌گاه با شرافت خانوادگی و نسب ترقی نمی‌کند؛ چرا که قبل از حسب و نسب، حسن ادب اهمیت دارد و انسانی که بی‌ادب و جسور است، اگر بهترین فامیل و خانواده و بیشترین اموال را داشته باشد، باز هم پست و بی‌ادب است. (کرباسی‌زاده، ۱۳۷۹: ۱۳۶)

تقوا

در معارف دین، سلامت جسم انعکاسی از سلامت روحی افراد است. یکی از عوامل مهم که انسان را از ارتکاب گناه باز می‌دارد، تقواست. وجود تقوا بین زوجین، نه تنها باعث استحکام بنیان خانواده می‌شود، بلکه منجر به حفظ و سلامت روان افراد خانواده می‌شود. تقوا؛ یعنی نفس را در محافظ قرار دادن از هر آنچه بیم می‌رود. خداوند در قرآن می‌فرماید: «ای اهل ایمان! از خدا بترسید چنانچه شایسته خداترس بودن است تا نمیرید جز به دین مبین اسلام» (آل عمران: ۱۰۲). وجود تقوا در حضرت علی (ع) مانع از این می‌شد که اجازه دهد حسن بن علی (ع)، قبل از مسلمانان بهره خود را از بیت‌المال بگیرد و کسی مانند زینب کبری (س) از گردنبندی به عنوان عاریه مضمونه استفاده کند (ابن شهر آشوب، ۱۳۷۹، ج ۳: ۱۰۸). زمانی که به حضرت علی (ع) پیشنهاد شد طبق شرایطی خاص، مقام خلافت را بپذیرد، تقوای ایشان مانع می‌شد. ایشان در نهج‌البلاغه می‌فرمایند: به خدا سوگند، اگر تمام جهان را به من بدهند که پوست جو را به ناحق از دهان مورچه‌ای بگیرم، من این کار را نخواهم کرد و از دیگر فرمایشات ایشان چنین است که: تقوای الهی را در نظر داشته باشید و جز با آیین اسلام، زندگی را به آخر نرسانید و به

ریسمان الهی چنگ بزیند و از تفرقه و خود رأیی بپرهیزید. (خرمی آرانی، ۱۳۸۹: ۹۵)

زهد و پارسایی

خصلت زهد و پارسایی اساس بسیاری از ارزشها است که انسان را از خاک جدا کرده و در ملکوت اعلاء به پرواز درمی آورد. در اینکه زهد یکی از ویژگیهای برجسته فرهنگ علوی است، تردیدی وجود ندارد. زهد از نظر اسلام، یعنی آنکه دلبستگی به چیزی و به کسی جز خداوند نباشد (مظاهری، ۱۳۸۵: ۵۴). معنی حقیقی زهد، عدم وابستگی به امکانات و نعمت‌های دنیوی و کوتاه کردن آرزوها و آمال خیال پردازانه درباره دنیا می‌باشد. معنی زهد از نظر حضرت علی (ع) این است که اگر نعمتی به سوی ما روی آورد، فریفته و شیفته نشویم و چنانچه نعمتی از دست ما رود، حسرت زده و ناراحت نگردیم. زهد نحوه برخورد انسان را با نعمت‌ها و ناکامی‌ها تغییر می‌دهد: انسان زاهد، هرگز برای بدست آوردن ثروت، قدرت، منصب، شهرت و ارضای شهوت، حاضر نیست حدود الهی و مقررات دینی و اخلاق انسانی را زیر پا نگذارد. انسان زاهد، نعمت‌های دنیوی را ابزار و زمینه جلب رضای الهی تلقی می‌کند (دوعلم، ۱۳۸۶: ۸۶). حضرت فاطمه (س) و حضرت علی (ع) در عالی‌ترین مرحله از این خصلت قرار دارند. روزی پیامبر (ص) به خانه حضرت زهرا (س) آمد و گردن‌بند تازه در گردن او دید آن روز پیامبر با دخترش گرم نگرفت. فاطمه (س) بی درنگ آن گردن‌بند را از گردنش در آورد و کنار گذاشت. سپس سائلی آمد حضرت زهرا (س) آن را به سائل داد در این هنگام پیامبر (ص) فرمود: ای فاطمه تو از من هستی (مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۴۳: ۸۶). از منظر حضرت علی (ع) برترین مرتبه زهد، پنهان داشتن زهد است (نهج البلاغه: حکمت ۲۸). از سخنان حضرت علی (ع) استنباط می‌شود، خانواده‌هایی که با زهد نمایی برای رسیدن به دنیا، این مفهوم عالی را از مسیر و معنی خود خارج می‌کنند کاری ضد «زهد» انجام می‌دهند و به دنیاپرست‌ها و دنیا‌ده‌هایی که اساساً مفهوم زهد را مغایر پیشرفت در زندگی امروزه می‌دانند، یاری می‌رسانند. حضرت می‌فرماید: تمام زهد در دو عبارت قرآن آمده است، خداوند تعالی می‌فرماید: بر آنچه از دست دادید غمگین نشوید و به آنچه به دست شما آمد خوشحال نگردید. پس هر کس نسبت به از دست رفته غمگین و نسبت به، به دست آمده شادمان نشود، زاهد است (خرمی آرانی، ۱۳۸۹: ۹۷). زهد به معنی ترک دنیا و رهبانیت و بیگانگی از اجتماع نیست، بلکه حقیقت زهد همان آزادی و عدم



اسارت در چنگال دنیاست. زاهد کسی است که اگر تمام دنیا را در اختیار داشته باشد دلبسته و وابسته به آن نباشد.

حضرت فاطمه (س) می‌فرماید من دنیای دنیاپرستان را دوست ندارم (دستی، ۱۳۷۲: ۱۵۳) و ایشان در خانه امام علی (ع) تا آنجا که با یک دست گندم را برای پختن نان آسیاب می‌کرد، و با دست دیگر طفلش را در آغوش می‌گرفت، همه شاهد گویای مقام زهد اوست (مکارم شیرازی، ۱۳۷۶: ۸۳).

علی (ع) از زاهدترین مردم بعد از پیامبر (س) بود، به گونه‌ای که آن حضرت لقب زاهد زمانه را به خود اختصاص داد. هرگز طعامی سیر نخورده و لباسی فاخر و زیبا نپوشید. سید اوصیاء غذایی نان جوین خشکیده‌ای بود که در انبانی قرار داده و در آن را محکم بسته بود تا مبادا فرزندانش از روی شفقت و دلسوزی آن نان‌ها را به روغن آغشته کنند تا قدری نرم تر شود. (خرمی آرانی، ۱۳۸۹: ۸۶)

عفو و گذشت

بخشش و گذشت از بزرگی روح است و سبب ارجمندی وجود، می‌شود. زن و شوهر ممکن است نسبت به یکدیگر، مرتکب خطا و اشتباه شوند، اشتباه و خطایی که از هر دو طرف، قابل گذشت، اغماض و عفو است. بر زن و مرد، الزام اخلاقی و شرعی است که از همدیگر در موارد لازم، گذشت کنند. عفو در معنای واقعی و اسلامی آن گذشتن و عفو از حق شخصی است البته در جایی که منجر به جسارت دشمن نشود (طباطبائی نسب، ۱۳۸۴: ۷۷). این عفو و گذشت سرلوحه زندگی امیرالمومنین است. سفارشات حضرت علی (ع) درباره ابن ملجم قابل انکار نیست و داستان آن زنی که مشک آب به دوشش بود و به امیرالمومنین دشنام می‌گفت و امیر از آن زن دلجویی کرد معروف است (ابن شهر آشوب، ۱۳۷۹، ج ۳: ۱۶۸) و داستان تصرف شریعه آب توسط معاویه که برای نرسیدن آب به سپاهیان علی (ع) انجام شد و باز پس گرفتن آب توسط علی (ع) و آزاد گذاشتن آب برای لشکر معاویه، امری معلوم است. به گفته جرداق، علی رحم می‌کند و هر که را که از او رحم بطلبد، رحم می‌کند؛ اگر چه آن دشمن، عمروعاص باشد که هنگام جنگ لباس را پس زد و عریان شد و علی (ع) او را عفو کرد. (همان: ۱۷۸)

بر اساس آیات سوره دهر (۲۲-۵)، حضرت فاطمه (س) از مصادیق ابرار است؛ ابراری

که به نذرهای خود وفا می‌کنند(در این آیات مراد از نذر، انجام سه روز روزه بود که حضرت علی(ع) و حضرت فاطمه(س) جهت شفای حسین، به راهنمایی پیامبر نذر کرده بودند) و در مسیر ایفای نذر- که انجام سه روز روزه بود- افطاری خود را کریمانه به مسکین و یتیم و اسیر ایثار می‌کنند و در این کار جز رضای خداوند قصد و نیتی ندارند. (معارف، ۱۳۹۰: ۲۳).

فاطمه(س) شب عروسی خود، ایثار و بخششی کرد که شگفتی همه عالمیان را به سوی خود جلب کرد. ایشان پیراهن عروسی خود را از تن درآورد و به شخص بینوایی داد و جامه عادی که در خانه داشت، به تن کرد.(خرمی آرانی، ۱۳۸۹: ۱۰۹)

از نتایج انفاق حضرت فاطمه(س) این بود که بعد معنوی شخصیت او تکامل پیدا کرد؛ به گونه‌ای که گرچه به ظاهر، دست آن بانو از مواهب دنیوی کوتاه و خالی ماند و گه‌گاه خود و فرزندان گرسنگی را هم تحمل می‌کردند، اما در عوض آن بزرگوار نیز همانند حضرت مریم، مشمول رزق آسمانی قرار گرفت و مرزوق به پذیرایی مستقیم الهی شد. در این خصوص روایات متعددی در دست است. یک نمونه آن را زمخشری به مناسبت تفسیر آیات مربوط به سرگذشت حضرت مریم(س) نقل کرده است. این حدیث نشان می‌دهد که برای حضرت فاطمه(س) نیز طعام آسمانی نازل می‌شد و یک بار که رسول خدا(ص) از دختر خود سؤال کرد که این طعام از کجا رسیده است؛ آن حضرت عرض کرد: «هو من عند الله یرزق من یشاء بغیر حساب»(آل عمران: ۳۷). (معارف، ۱۳۹۰: ۲۳)

۲. بررسی سؤال دوم پژوهش

دومین سؤال پژوهش مبنی بر این بود که عمده‌ترین ابعاد آیین همسررداری برگرفته از زندگی حضرت علی(ع) و حضرت فاطمه(س) برای بهبود بهداشت روانی خانواده شامل چه مؤلفه‌هایی است؟

بانوان در میان خانواده و زندگی مشترک، آرام‌بخش زندگی‌اند. شاید به همین جهت است که حضرت علی(ع) فرمودند: زن همچون گل(یا سبزی) است(نجفی یزدی، ۱۳۸۲: ۵۸). بانوان موفق کسانی‌اند که همچون گل شکفته در گلستان خانواده، شادی‌آفرین باشند. تأثیری که بانوان در موفقیت شوهر و فرزندان از نظر امور دنیوی و دینی دارند، حقیقتی انکارناپذیر است. بانوی موفق کسی است که از آیین همسررداری اسلامی به خوبی آگاه



بوده، با الهام‌گیری از زندگی بزرگ‌بانوی اسلام، از موقعیت حساس و ارزنده خود به خوبی در راه خدمت به موقعیت شوهر و خانواده خود بهره‌گیرد. در این زمینه ذکر چند قاعده کلی ضروری به نظر می‌رسد:

تقسیم کار

یکی از عوامل شادابی و تکامل خانواده‌ها، تعیین حدود مسئولیت افراد در خانواده است. با تقسیم کار، عدالت اجتماعی در محیط کوچک خانواده سعادت می‌آفریند و زن را از دخالت در اموری که سزاوار نیست، باز می‌دارد. اما حدود اختیار و مسئولیت هر یک از زوجین چه اندازه است؟ کافی است به آموزه‌های زندگی حضرت علی (ع) و فاطمه (س) در این زمینه نظری بیندازیم: نقل است که حضرت علی (ع) و فاطمه (س) به خدمت رسول خدا (ص) رسیدند و از ایشان، تقاضای تقسیم کار و خدمات منزل را کردند. پیامبر (ص) این گونه فرمودند: کارهای داخل منزل در اختیار و مسئولیت فاطمه (س) و کارهای خارج از منزل مربوط به حضرت علی (ع) باشد (جمعی از اساتید حوزه، ۱۳۷۳: ۱۴۴). حضرت فاطمه (س) فرمودند: جز خدا کسی نمی‌داند که از این تقسیم کار تا چه اندازه خوشحال شدم؛ زیرا رسول خدا (ص) مرا از انجام کارهایی که مربوط به مردان است بازداشت (دستی، ۱۳۷۲: ۱۶۸). در جایی دیگر ایشان فرمودند: «ادنی ما تکنون من ربها آن تلزم قعر بیتها»؛ آن لحظه‌ای که زن در خانه خود می‌ماند و به امور زندگی و تربیت فرزند می‌پردازد، به خدا نزدیک‌تر است (مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۴۳: ۹۲). لذا یکی از مهم‌ترین کارها برای زن، خانه‌داری است. زن، کدبانو و مدیر خانه است؛ مسئولیت بسیار مهمی است که اگر به خوبی انجام شود، کانونی گرم برای زندگی سعادت‌مندان و آرام‌بخش برای شوهر و فرزندان خواهد بود. حضرت زهرا (س) به طور کامل به این وظیفه خطیر و مهم توجه داشتند و با سرپنجه تدبیر و محبت، به اداره خانه می‌پرداختند. حضرت علی (ع) در این باره می‌فرمایند: فاطمه با اینکه از محبوب‌ترین افراد نزد رسول خدا (س) بود، آنقدر با مشک آب کشید و حمل کرد که اثر بند مشک بر بدنش نمایان شد و آنقدر خانه را جاروب کرد که لباسهایش غبار آلود شدند.

برای بانو مهم‌ترین مقام، مقام مادر است؛ چرا که این مقام، مقام انسان‌سازی است؛ تربیت انسانهایی پاک و وارسته، پرورش شخصیت‌های بزرگ و فرزانه (مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۴۲:

۸۵). ایشان در تربیت فرزند، نمونه و به راستی که مسئولیت مقام مادری را به خوبی انجام داد و فرزندان او چون امام حسن(ع) و امام حسین(ع) و زینت(س) و ام‌کلثوم(س) را به جامعه تحویل داد که هر یک از آنها نمونه‌ای از انسانهای آگاه، شجاع، مؤمن، مجاهد و دارای عالی‌ترین ارزشهای والای انسان بودند.

سازگاری و تفاهم

تفاهم میان زن و شوهر از ارکان مهم موفقیت در زندگی مشترک و از جمله معیارهای با ارزش برای رسیدن به آرامش روانی خانواده است. لازمه هر اجتماع، هر چند کوچک و دو نفره، قبول برخی محدودیتهاست. بنابر این، گذشت و مدارا شرط اساسی خوشبختی است. چه بسا زن و شوهر در برخی موارد دارای اختلاف نظر و سلیقه باشند، اگر بخواهند هر کدام بر خواسته خود پافشاری کنند، آرامش روانی خانواده مختل خواهد شد و البته در این مورد، اگر چه هر دو باید برای تفاهم بکوشند، اما بانوان به مقتضای لطافت روح و تناسب خلقت، نقش مهم‌تری دارند و باید بیشتر تلاش کنند؛ به گونه‌ای که در روایات آمده است، امیرالمؤمنین(ع) فرمودند: جهاد زن، خوب شوهرداری کردن است و رسول خدا(ص) فرموده است: هر زنی که با شوهر مدارا نکند و او را بر آنچه نمی‌تواند وادار کند، خداوند از او کار نیکی نپذیرد و خدای را در حالی ملاقات می‌کند که بر او خشمگین است(مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۱۰۰: ۲۴۵). ایشان در زمینه تفاهم با همسر خود بیان می‌دارند: به خدا سوگند من زهرا را هرگز خشمگین نکردم و هیچ‌گاه تا هنگامی که خداوند او را تحویل گرفت، او را بر کاری مجبور نکردم. او نیز هرگز مرا خشمگین نکرد و در هیچ کاری با من مخالفت نکرد(همان، ج ۴۳: ۱۳۴). در جایی دیگر، حضرت فاطمه(س) خطاب به همسرش می‌فرماید: من از خدایم خجالت می‌کشم که شما را به کاری مجبور کنم که در توانتان نیست.(همان: ۵۹)

تأمین غرایز جنسی

قرآن کریم با نشان دادن راه صحیح استفاده از این نیرو، زنان و مردان را به ازدواج تشویق کرده است: «مردان و زنان بی‌همسر خود را همسر دهید. همچنین غلامان و کنیزان صالح و درستکارتان را؛ اگر فقیر و تنگدست باشند، خداوند از فضل خود آنان



را بی‌نیاز می‌سازد. خداوند گشایش‌دهنده و آگاه است» (نور: ۲۳). ازدواج، سنت الهی و یک حکم فطری و هماهنگ با قانون آفرینش است که انسان برای بقای نسل و آرامش جسم و روح و حل مشکلات زندگی به آن احتیاج دارد. غریزه جنسی، نیرومندترین و سرکش‌ترین گرایش انسان است که به تنهایی با دیگر گرایش برابری می‌کند و انحراف آن، نیمی از ایمان انسان را به خطر خواهد انداخت. (نورمحمدی و همکاران، ۱۳۹۰: ۸۸)

عنایت و رحمت خداوند در ذات انسان، کشش و جاذبه و رابطه عاشقانه برقرار کرده که موجب تولد، تناسل و تکثیر نوع می‌شود. مسائل و گرایش جنسی با لذت، یک امر طبیعی و عادی است. البته هدف از ازدواج و تشکیل خانواده در فرهنگ اسلام، فراتر از غریزه جنسی است و به فرموده شهید مطهری، در میان گرایش شهوانی انسان، هر غریزه‌ای که اشباع شود، اشباع آن تأثیری در معنویت انسان ندارد، به جز غریزه جنسی (مطهری، ۱۳۷۲: ۳۹۷). عدم توجه به این میل طبیعی و عدم ارضای گرایش جنسی، علاوه بر مشکلاتی که به دنبال دارد، عذاب الهی را نیز در پی دارد. اگر مردی زنش را به بستر بخواند و زن سر باز زند و مرد بر سر خشم آید، فرشتگان تا سپیده‌دم، آن زن را نفرین می‌کنند (سیدی، ۱۳۸۵: ۱۱۴). در اسلام، به آرایش و عطر زدن و استفاده کردن زن از بوهای خوش و وسایل زیبایی برای شوهر سفارش شده و نوعی عبادت محسوب شده و مایه گرمی و شادابی زندگی زناشویی می‌شود (دشتی، ۱۳۷۲: ۱۶۳). ام سلمه می‌گوید: از حضرت زهرا (س) پرسیدم آیا عطر و بوی خوش ذخیره داری؟ ایشان فرمود: آری و رفت و شیشه عطری آورد و مقداری در کف دست من ریخت. بوی خوشی داشت که هرگز نشنیده بودم. گفتم این عطر خوشبو را از کجا تهیه کرده‌ای؟ فرمودند: این عطر مشک‌ی است که از بال و پر فرشتگان فرو ریخته است. (مجلسی، ۱۳۷۴، ج ۴۳: ۹۵)

پذیرش سرپرستی مرد بر زن در خانواده

اطاعت از همسر و پذیرش درخواستهای مرد، یکی از تکالیف زن است که رعایت آن در بهداشت روانی خانواده، تأثیر بسیاری دارد. روایات بسیاری در اطاعت زن از همسر خویش، وارد شده است. برخی از این روایات، شامل تعابیری است که در سیاق مستحبات ذکر شده و برخی دیگر به طور کلی اشاره به لزوم اطاعت از زن از همسر نموده و از محدوده اطاعت، سخنی به میان نیامده است. در اسلام، مرد مسئولیت سرپرستی خانواده و مدیریت کلان

آن را برعهده دارد و این مسئولیت به دلیل ویژگی‌های خاص جسمانی و عقلانی بر عهده او گذاشته شده است (حسنی کبوترخانی و شمس‌الدین دینای، ۱۳۸۶: ۹۳). در سوره نساء می‌فرماید: «مردان سرپرست و نگهبان زنانند، به خاطر برتری‌هایی که خداوند برای بعضی نسبت به بعضی دیگر قرار داده است». از شواهدی که بر منع سرپرستی زنان می‌توان ذکر کرد، اینکه حضرت فاطمه (س) با اینکه از برترین انسانها بوده است، حضرت علی (ع) را به عنوان سرپرست خانواده خود پذیرفته و در انجام امور زندگی از ایشان اطاعت می‌کردند (کریمی، ۱۳۸۳: ۸۵) و در لحظه‌های آغازین زندگی زناشویی، غنچه لب را به ستایش شوهر نمونه‌اش امام علی (ع) گشود و به شناساندن آن بزرگمرد پرداخت. (دشتی، ۱۳۷۲: ۱۸۴)

نتیجه‌گیری

بی‌شک یکی از آثار صنعتی در جهان معاصر، نابسامانی‌های روانی است. بهداشت روانی در تمام دوره‌های زندگی حائز اهمیت بوده و یکی از عواملی است که در تکامل انسانها نقش وافر دارد. امروزه بهداشت روانی به خاطر گسترش نابسامانی روانی و نفسانی از اهمیت بسیاری برخوردار است. در زمینه بهبود بهداشت روانی خانواده، نقش زنان به علت مقتضای لطافت روحی و روانی و همچنین تناسب خلقت، پررنگ‌تر از مردان است. از جمله راههایی که موجبات سلامت روانی خانواده را فراهم می‌کند، الگوپذیری از زندگی افرادی است که در زمینه سلامت روحی و روانی موفق بوده‌اند. همان‌طور که بیان شد، توجه بانوان در خانواده ایرانی به ابعاد فضایل اخلاقی، مانند سادگی، تقوا، زهد و پارسایی، سخن نیکو، عفو و گذشت، ادب و احترام، محبت، خوشرویی، عفاف و پاکدامنی، حلم و بردباری و همچنین توجه آنها به آیین همسرداری، مانند تقسیم کار، پذیرش سرپرستی مرد بر زن در خانواده، سازگاری و تفاهم و تأمین غرایض جنسی، با الهام‌گیری از زندگی امام علی (ع) و حضرت فاطمه (س)، می‌تواند موجبات بهبود بهداشت روانی خانواده‌ها را فراهم کند.

منابع

- قرآن کریم.
- نهج البلاغه. سید جعفر شهیدی (۱۳۸۷). تهران: علمی و فرهنگی.
- آقایی چاوشی، اکبر و همکاران (۱۳۸۷). نشریه علوم رفتاری. سال دوم، ش ۲، پیاپی ۴ (تابستان).
- آمدی، عبدالواحد (۱۳۷۴). غرر الحکم و درر الکلم. بیروت: الاعلمی للمطبوعات.



- ابن شهر آشوب، محمد بن علی (۱۳۷۹). مناقب شهر آشوب. قم: مدرسه فیضیه.
- امینی، ابراهیم (۱۳۷۲). انتخاب همسر. تهران: سازمان تبلیغات اسلامی.
- بهرامی احسان، هادی (۱۳۸۱). «بهداشت روانی در قرن بیست و یکم و چالشهای پیش رو». مجله روان شناسی و علوم تربیتی، ش ۳۲ (۱): ۱۹۹-۱۸۱.
- جرداق، جردن (۱۳۸۷). امام علی (ع)، صدای عدالت انسانی. ترجمه سید هادی خسروشاهی. قم: بوستان کتاب.
- جمعی از اساتید حوزه (۱۳۷۳). گلوازه آفرینش. قم: دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه.
- حاجی بابائیان امیری (۱۳۹۰). روشهای تربیت اخلاقی کاربردی در اسلام (با تأکید بر دوره نوجوانی و جوانی). تهران: سروش.
- حسنی کیوترخانی، مرضیه و محمد شمس‌الدین دینانی (۱۳۸۶). «اخلاق و آداب معاشرت در بهداشت روانی زوجین از دیدگاه پیامبر اعظم (ص)». ویژه‌نامه اولین همایش بهداشت در آموزه‌های پیامبر اعظم (ص). مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان. دوره ششم: ۹۴-۸۹.
- حسینی کوهساری، اسحاق (۱۳۸۳). نگاهی قرآنی به فشار روانی. تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی.
- حمدیه، مصطفی و شهریار شهیدی (۱۳۸۳). اصول و مبانی بهداشت روانی. تهران: سمت، چ دوم.
- خرمایی، فرهاد (۱۳۷۱). «بهداشت روانی و پیشگیری از مشکلات روان‌شناختی». مجله اطلاعات علمی، ش ۷ (۲): ۲۲-۵.
- خرمی آرانی، حسن (۱۳۸۹). چهارده معصوم علیهم السلام، سیری بر سیره و زندگانی. تهران: انصاری.
- دانش، عصمت و مریم حیدریان (۱۳۸۲). «رابطه علاقه و احترام متقابل با رضایت همسران در شهرستان قم». تازه‌ها و پژوهشهای مشاوره، ش ۱۸: ۷۶-۵۹.
- دشتی، محمد (۱۳۷۲). نهج‌الحیاه (فرهنگ سخنان حضرت فاطمه علیها السلام). قم: مؤسسه تحقیقات امیرالمؤمنین.
- دهنوی، بهزاد (۱۳۸۷). «خانواده محبوب‌ترین بنای هستی». مجموعه سخنرانی‌های همایش روز خانواده. تهران: هرمس.
- ذوعلم، علی (۱۳۸۶). چهل گام. تهران: کانون اندیشه جوان.
- سبحانی، جعفر (۱۳۷۰). پژوهشی عمیق پیرامون زندگی علی (ع). تهران: جهان‌آرا.
- سیدی، حسین (۱۳۸۵). نگین هستی. مشهد: خادم‌الرضا.
- شاملو، سعید (۱۳۸۲). بهداشت روانی. تهران: رشد.
- شریفی، احمد حسین (۱۳۸۷). آیین زندگی، اخلاق کاربردی. تهران: معارف.
- طباطبائی‌نسب، محمدرضا (۱۳۸۴). چشمه‌های معرفت؛ بررسی سیره و زندگانی چهارده معصوم (ع). تهران: نورالائمه.
- فرح‌بخش، سعید؛ سیمین غلامرضایی و ایرج نیک‌پی (۱۳۸۶). «بررسی بهداشت روانی دانشجویان در رابطه با عوامل تحصیلی». فصلنامه اصول بهداشت روانی، ش ۳۴-۳۳: ۶۶-۶۱.
- قمی، عباس (۱۳۸۰). منتهی‌الآمال. تهران: تک.
- کرباسی‌زاده، علی (۱۳۷۹). راه رستگاری، راه علی (ع)، کلام علی (ع). قم: مولود کعبه.

- کرمی، سعیده (۱۳۸۵). نسیم بهشت، برگرفته از فاطمه (س) از ولادت تا شهادت. تهران: دفتر فرهنگی نسیم انتظار.
- کریمی، حمید (۱۳۸۳). حقوق زن. تهران: کانون اندیشه جوان.
- گنجی، حمزه (۱۳۸۰). بهداشت روانی. تهران: ارسباران.
- لشکری، محمد (۱۳۸۱). «بهداشت روانی در اسلام». مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی-درمانی قزوین، ش ۲۴: ۷۶-۷۲.
- مجلسی، محمدباقر (۱۳۷۴). بحار الانوار الجامعه لدرر الاخبار الائمه الاطهار. قم: مکتب الائمه.
- مطهری، مرتضی (۱۳۷۲). تعلیم و تربیت در اسلام. تهران: صدرا.
- مظاهری، حسین (۱۳۸۵). زندگانی چهارده معصوم علیهم السلام. تهران: پیام آزادی.
- معارف، مجید (۱۳۹۰). «شاخصه‌های ایمان در الگوی فکری، رفتاری حضرت فاطمه (س)». منہاج، ش ۷(۱۲): ۲۹-۹.
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۶). زهرا علیها سلام برترین بانوی جهان. تهران: سرور.
- موسوی، اشرف‌السادات (۱۳۷۹). «عملکرد نظام خانواده و بهداشت روانی اعضای خانواده». اندیشه و رفتار، ش ۳-۲: ۹۶-۸۷.
- نجفی یزدی، محمد (۱۳۸۲). صدیقه شهیده، فاطمه الزهراء علیها السلام، سیری در زندگانی و فضایل حضرت فاطمه (س). قم: نصایح.
- نورمحمدی، محمدرضا؛ الهام مردان پور شهرکردی و مریم راستی (۱۳۹۰). «قرآن و راهکارهای معنوی جهت تأمین بهداشت روانی انسانها». کتاب قیام، ش ۱(۲): ۹۷-۷۹.