

آرامش در خانواده از دیدگاه قرآن و روایات

زهرا زارعی محمودآبادی

انتشارات شهدعلم

تابستان ۱۳۹۹



سرشناسه	: زارعی محمودآبادی، زهرا، ۱۳۶۴-
عنوان و نام پدیدآور	: آرامش در خانواده از دیدگاه قرآن و روایات / زهرا زارعی محمودآبادی.
مشخصات نشر	: یزد: شهد علم، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۹۶ص.
شابک	: 978-600-841860-3
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه: ص. [۱۸۹-۱۹۶].
موضوع	: خانواده ها -- جنبه های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Families -- Religious aspects -- Islam
موضوع	: آرامش و آسایش -- جنبه های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Relaxation -- Religious aspects -- Islam
رده بندی کنگره	: ۳۰۰/۸۲۷
رده بندی دیویی	: ۲۰۰/۳۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۲۰۲۶۹۲

نشر، پخش، فروش یزد: خیابان فرش، ۱۱۰ انتشارات سیدعلی زاده
همراه ۰۹۱۰۰۱۰۶۳۲۶ - ۰۳۵-۳۶۲۲۰۹۰۸

آرامش در خانواده از دیدگاه قرآن و روایات زهرا زارعی محمودآبادی

ناشر: انتشارات شهد علم

نوبت چاپ: اول مردادماه ۱۳۹۹

شمارگان ۱۰۰۰ نسخه قطع وزیری

صفحه آرا: سیداحمد سیدعلی زاده

قیمت: ۴۲۰۰۰ تومان

ISBN: 978-600-8418-60-3



۹۷۸-۶۰۰-۸۴۱۸-۶۰-۳

پیش گفتار

بشر از ابتدای خلقت تاکنون همواره در حال رشد و تکامل بوده و با بهره‌گیری از نعمت خدادادی عقل تلاش کرده تا در راستای پیشرفت علم و فن‌آوری و با دستیابی به تجهیزات زیر بنی زندگی شاد، بانشاط و همراه با آرامش برای خود و اعضای خانواده فراهم نماید. لیکن و از آنجا که انسان دارای دو بعد معنوی و مادی است و بعد مادی زندگی انسان را حس‌تر از بعد معنوی آن می‌باشد، معمولاً به بعد مادی زندگی و تأمین نیازهای آن توجه بیشتری شده که نتیجه آن تأمین نیازهای مادی و در واقع تأمین آسایش افراد و اعضای خانواده بوده است، اما متأسفانه در جهت تأمین نیازهای معنوی انسان به جهت ملموس نبودن آن توجه چندانی و کافی نشده است.

بین وجود آسایش و آرامش در خانواده تفاوت وجود دارد، چه بسا خانواده‌هایی که در نهایت آسایش زندگی می‌کنند، ولی از آرامش بهره‌ای نبرده‌اند و برعکس خانواده‌هایی وجود دارند که شاید از لحاظ مادی آسایش چندانی ندارند، ولی از آرامش مطلوبی در زندگی برخوردار هستند. این در حالی است که وجود انواع

آرامش از جمله: آرامش اعتقادی، آرامش روحی و جسمی و آرامش اخلاقی در خانواده ضامن دوام و بقای آن به عنوان رکن اصلی جامعه و محل تربیت صحیح فرزندان بوده و از جمله ضروریات لازم در راستای داشتن جامعه‌ای دینی سالم و به دور از رذایل اخلاقی می‌باشد.

قطعاً خداوند متعال به عنوان آفریننده بشر نسبت به نیازهای معنوی او آگاه‌تر بوده و بهترین راهکار ایجاد آرامش باثبات و پایدار در خانواده، در کلام وحی و روایات نقل شده از معصومین (ع) که خود ریشه در سرچشمه وحی الهی دارد یافت می‌شود. از این رو در این نوشتار به بررسی عوامل مؤثر بر ایجاد آرامش در خانواده از دیدگاه آیات و روایات پرداخته و از نتایج حاصله، در راستای نهادهای کردن هرچه بهتر و بیشتر آرامش در خانواده‌ها بهره خواهیم برد. ان شاء الله...

فهرست مطالب

مقدمه	۹
-------------	---

فصل اول

خانواده	۱۳
معنای لغوی خانواده	۱۴
واژه‌ی خانواده در قرآن	۱۴
معنای لغوی اهل	۱۵
کاربردهای واژه‌ی اهل در قرآن	۱۷
ساختار خانواده از دیدگاه قرآن	۱۹
معنای لغوی آرامش	۲۱
واژه‌های مترادف یا قریب المعنا به آرامش در قرآن	۲۲
معنای لغوی و اصطلاحی آسایش	۲۷
تفاوت بین آرامش با آسایش	۲۷

فصل دوم

خانواده در اسلام	۲۹
اهمیت و ضرورت ازدواج و تشکیل خانواده	۲۹
جایگاه تشکیل خانواده در اسلام	۳۳
اهداف تشکیل خانواده	۳۷
برقراری روابط جنسی سالم	۳۷
حفظ نسل و پرورش فرزندان صالح	۳۸
گسترش روابط اجتماعی	۳۹
به دست آوردن آرامش روحی و روانی	۴۰

فصل سوم

عوامل آرامش در خانواده (از دیدگاه آیات و روایات)	۴۳
--	----

۴۴	اهمیت و ضرورت وجود آرامش در زندگی مشترک
۴۶	نیاز به آرامش عمیق و مستمر
۴۷	اکتسابی بودن آرامش
۴۷	دلایل نیاز به وجود آرامش در خانواده
۴۷	شرایط زندگی
۴۸	تفاوت نسل‌ها و اندیشه‌ها
۴۸	اشتغال، رزافزین والدین
۴۹	کریک، عواطف در روابط اجتماعی
۴۹	بحران‌های اخلاقی، جهان معاصر
۵۰	انواع آرامش ز دیدگاه قرآن
۵۰	آرامش اعتقادی
۵۳	آرامش روانی
۵۴	آرامش طبیعی
۵۵	عوامل تأثیرگذار بر آرامش خانواده از دیدگاه قرآن و روایات
۵۷	عوامل بیرونی مؤثر در ایجاد آرامش خانواده
۷۲	عوامل درونی ایجاد آرامش در خانواده بعد از ازدواج

فصل دوم

۱۵۱	آثار و موانع آرامش در خانواده
۱۵۱	فواید و آثار آرامش در خانواده
۱۵۲	تربیت صحیح فرزندان
۱۵۳	رشد فکری، فرهنگی و دینی خانواده (تکامل معنوی زوجین)
۱۵۵	ارضای نیازهای روحی و روانی
۱۵۶	شاد بودن اعضای خانواده
۱۶۵	عوامل برهم زننده آرامش در خانواده
۱۶۵	عوامل بیرونی مخرب آرامش خانواده
۱۶۷	عوامل درونی مخرب آرامش خانواده
۱۸۵	منابع و مآخذ

مقدمه

خانواده در اسلام به عنوان یکی از ارکان اصلی جامعه و پایگاه رشد و تعالی انسان‌ها، از همان ابتدای نزول قرآن مورد توجه ویژه قرار گرفته و این نهاد کوچک، یکی بسیار مهم اجتماعی، مرکز اصلی بالندگی و پرورش استعداد های انسان معرفی شده است. اسلام، راهکارهای دقیق و ظریفی برای به وجود آوردن یک کانون گرم، صمیمی و مملو از آرامش در خانواده ارائه کرده است.

توجه به نکات راه‌ی و روانی، تربیتی و اخلاقی، بخصوص ایجاد و حفظ آرامش در خانواده، بر اساس نگاه ها و آموزه‌های دینی می‌تواند زمینه‌ی مناسبی در جهت رشد و شکوفایی همه‌جانبه در زمینه‌های اخلاقی، عاطفی، اجتماعی، روانی و فکری انسان و سرانجام، رسیدن به کمال مطلوب را در او ایجاد نماید. علاوه بر آن، آرامش می‌تواند سهم بزرگی در جهت پیشرفت و ترقی جامعه‌ی اسلامی داشته باشد، به شرط آنکه خانواده در مسیر صحیح تربیت اسلامی قرار گرفته و در چهارچوب الگوهای دینی حرکت کند.

در عصر حاضر، ماشینی شدن زندگی هرچند در برخی موارد باعث تسهیل در روند زندگی انسان‌ها گردیده، اما از طرف دیگر، درگیری‌های فکری و ذهنی بسیاری را در پی داشته است، از جمله: بالا رفتن هزینه‌های جاری خانواده‌ها و عدم تناسب درآمدها و هزینه‌ها و به تبع آن، ضرورت چندشغله بودن افراد، تغییر سبک زندگی و تجمل‌گرایی و نیز تهاجم فرهنگی دشمن و... موارد مورد اشاره آرامش فکری و ذهنی افراد را دچار اختلال نموده و پیامدهای زیانباری از قبیل افزایش میزان افسردگی و بیماری‌های روحی و روانی، افزایش میزان طلاق، ایجاد

طلاق عاطفی بین خانواده‌ها، کمبود محبت و عشق بین همسران و کمرنگ شدن محبت و صمیمت بین والدین و فرزندان را در پی داشته است، به نحوی که ایجاد آرامش ثابت و پایدار در خانواده به عنوان یکی از دغدغه‌های اصلی بشر امروزی درآمده است.

لذا در این نوشتار تلاش لازم صورت گرفته تا ضمن ارائه پیشنهادها و راهکارهای لازم در خصوص ایجاد آرامش در خانواده از دیدگاه قرآن و روایات، عوامل مؤثر در جهت ارتقای سطح آرامش در خانواده‌ها نیز بررسی و جهت تقویت عوامل ایجادکننده آن و کاهش عواملی که باعث تنزل سطح آرامش در خانواده‌ها می‌گردد، راهکارهای لازم ارائه گردیده تا ضمن استفاده از مواهب زندگی عصر جدید، آرامش و ثبات خانواده‌ها در سطح مطلوب، حفظ و زمینه‌های لازم در جهت رشد و تعالی افراد خانواده در یک محیط صمیمی و آرام و در نتیجه زمینه‌ی رسیدن جامعه‌ی اسلامی به کمال مطلوب، فراهم گردد.

بسیار روشن است که رسیدن به آرامش راهی یکی از خواسته‌های بشر در طول تاریخ حیات او بوده است و انسان در طول تاریخ، برای رسیدن به این مقصود، رنج‌های بسیاری را تحمل کرده و تلاش و کوشش بسیار نموده است. امروزه، یکی از دغدغه‌های مهم افراد و خانواده‌ها در تمامی حرامع بشری، دستیابی به آرامش روحی و روانی مطلوب و پایدار است، متأسفانه عدم وجود آرامش، سبب شکل‌گیری بیماری‌های روحی و روانی زیادی در بین افراد، فاصله گرفتن عاطفی افراد خانواده از هم و چه‌بسا فروپاشی خانواده‌ها گردیده است. بشر امروزی برای رهایی از این معضل دست به دامن راهکارهای مختلفی گردیده که از دید او، عوامل ایجاد و ثبات آرامش در خانواده و جامعه هستند. گاهی آرامش را در ثروت، گاهی در قدرت و زمانی در رسیدن به خواسته‌های

نفسانی خود، حتی با زیر پا گذاشتن اصول اخلاقی و ظلم به دیگران دانسته است. با کمال تأسف، علیرغم تمام این تلاش‌ها، نه تنها بسیاری از انسان‌ها به آرامش مطلوب خود نرسیده‌اند، بلکه بر شدت افسردگی و اضطراب آن‌ها نیز افزوده شده است.

قرآن کریم به عنوان کتاب نازل شده از سوی خداوند حکیم و آگاه به تمام ابعاد وجودی و ویژگی‌های انسان، کامل‌ترین دستورالعمل را برای رسیدن انسان به آرامش روحی و رهایی به‌ویژه، در محیط خانواده بیان نموده است و در این راستا، سخنان معصوم علیهم السلام که نشأت گرفته از کلام الهی است نیز بسیار راهگشا می‌باشد تا افراد جامعه بشری علیرغم تمام مشکلات و دغدغه‌های زندگی بتوانند با داشتن آرامش بیشتر در خانواده، در مسیر صحیح زندگی و عبودیت الهی گام برداشته و راه رشد و بالندگی خود و افراد خانواده‌ای خویش و به تبع آن، رشد اجتماع باشند. لذا با بررسی آیات و روایات مرتبط ضرورت دارد به موضوع عوامل و آثار آرامش در خانواده پرداخته و راهکارهای لازم را در جهت ایجاد آرامش پایدار در خانواده‌ها را چه مع بشری بدست آورده و بر اساس تعالیم مرفقی دین مبین اسلام، تبیین و ارائه نمود.