

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



سرشناسه : فقیهی، علی نقی، ۱۳۳۵ -
 عنوان و نام پدیدآور : چگونه همسری باشیم؟ / نویسنده علی نقی فقیهی.
 مشخصات نشر : مشهد: آستان قدس رضوی، معاونت تبلیغات و ارتباطات اسلامی، ۱۳۹۱.
 شابک : 978-600-6543-20-8
 وضعیت فهرست نویسی : فیپا
 یادداشت : بالای عنوان: رهنما.
 یادداشت : کتابنامه .
 موضوع : زناشویی -- روابط
 شناسه افزوده : آستان قدس رضوی . معاونت تبلیغات و ارتباطات اسلامی
 رده بندی کنگره : HQ۱۳۹۱۷۴۳۲۸ ج۷ف /
 رده بندی دیوبی : ۸۱/۳۰۶
 شماره کتابشناسی ملی : ۲۷۸۷۷۶۷

رهنما

۸۲ → چگونه همسری باشیم؟

نویسنده: علی نقی فقیهی

آستان قدس رضوی

چاپ سوم: پاییز ۱۳۹۱ (ویرایش جدید)

معاونت تبلیغات و ارتباطات اسلامی

نشانی: حرم مطهر امام رضا (ع)، اداره پاسخ گویی به سؤالات دینی و اطلاع رسانی

تلفن: ۰۵۱۱-۳۲۰۲۰ دورنگار: ۰۵۱۱-۲۲۴۰۶۰۲ rahnama@aqrazavi.org

به کوشش محمدحسین پورامینی

ویراستار: محمد مهدی باقری

طراح جلد: علی بیات

طراح لوگوی رهنما: مسعود نجابتی





پرسیدن برای یافتن راه، خود، ارزش است...
و هر فرهنگی که به پرسشگری بها دهد
و زیباترین، دقیق‌ترین و ساده‌ترین پاسخ‌ها را پیش‌رو بگذارد،
گسترش و دوام خود را تضمین کرده است.
مهم، انتخاب بهترین راه است...
و **ره‌نما** گامی است در این مسیر.
همگام ما باشید و با طرح دیدگاه‌های رنگارنگتان، یاری‌مان کنید.





چگونه همسری باشیم؟

الگوی همسر نمونه در اسلام را با پاسخ به پرسش‌های زیر ترسیم کرده‌ایم:

- ویژگی‌های همسر شایسته چیست؟
- کنش و واکنش‌های عاری از محبت چه ضررهایی به روابط پایدار زناشویی می‌زند.
- چرا مرد و زن باید در زندگی مشترک به هم کمک کنند.
- چه کنیم تا بتوانیم لغزش‌های رفتاری یکدیگر را ببخشیم.
- دوازده نکته ظریف در مشاوره زوجین چیست؟
- صفات رفتاری امام خمینی علیه السلام در برخورد با همسرشان چه بود؟



درآمد

امروزه در علوم اجتماعی پیشرفت‌های بسیاری صورت گرفته است؛ اما خانواده‌ها به نابسامانی و تنش‌های فراوانی گرفتارند. از عوامل مهم این گرفتاری‌ها، فاصله گرفتن از آموزه‌های دینی است. دین اسلام دینی جامع و غنی است و با هدایت‌ها و دستورالعمل‌های کاربردی خود و ارتقای بینش همسران و تبیین نوع تعامل‌های بهینه در روابطشان، بهترین راهگشا برای برون‌رفت از مشکلات خانوادگی برای جامعه محسوب می‌شود. این مقاله می‌کوشد تا تبیین کند که همسران باید در زندگی خانوادگی چگونه باشند و چگونه با هم تعامل داشته و روابط نیک با یکدیگر برقرار سازند و زمینه زندگی سالم انسانی و معنوی را برای خود و همسر و فرزندان خود فراهم کنند.

برای اینکه همسران زندگی مطلوب و بدون تنش و اضطرابی تجربه کنند و اهداف عالی تربیتی در زندگی مشترک آنان تحقق یابد، باید براساس نگرش اسلامی، این‌گونه باشند:

۱. کوشش کنید تا تصویر واقع‌بینانه‌ای از یکدیگر داشته باشید.

معمولاً افراد می‌پندارند با گفت‌وگو و پرسش از طرف‌مقابل و پاسخ‌هایی که وی می‌دهد، تمام شخصیت فرد شناخته می‌شود. باید توجه داشت که به‌دلیل عوامل احساسی و محدودیت‌های نگرشی و موقعیت روانی و فرهنگی همسران، چه‌بسا جنبه‌هایی ابراز می‌شود و جنبه‌هایی پنهان می‌ماند و حتی ممکن است بر برخی از خصوصیت‌ها و جنبه‌ها روپوشی کشیده شود و تصویر غیرواقعی از او در ذهن پدید آید. به‌دلیل وضعیت ادراکی و موقعیتی و ناآگاهی کامل همسران از یکدیگر، چه‌بسا آنان تصویر تحریف‌شده و غیرواقع‌بینانه از یکدیگر پیدا کنند و گاه براساس برداشت ابتدایی در طرف‌مقابل و جلب‌توجه به نکته‌ای برجسته و مثبت، به جنبه‌های دیگر وی اصلاً توجه نشود یا نیاز عاطفی و جنسی آنان به یکدیگر، باعث شود چشمانشان بر اموری از واقعیت‌های مهم، بسته شود و به آن‌ها بی‌توجهی کرده و خیال کنند همسرشان را خوب شناخته‌اند.

برای درک درست، عمیق، همه‌جانبه و واقع‌بینانه از یکدیگر، لازم است هریک از زوجین همسرش را در ابعاد مختلف عقلی، اجتماعی، عاطفی، معنوی، سیاسی و اقتصادی کشف کند؛ مثلاً تا چه اندازه چارچوب موازین عقلی و منطقی را در زندگی رعایت می‌کند. از نشانگان اندیشمندی و بادرایت‌بودن همسر، توجه وی به واقعیت‌ها و پرهیز از آرمان‌گرایی‌ها، زیرکی، حسابگری، استدلال، قدرت فهم زیاد، عقلانیت جمعی و پایبندی به قانون، برقراری روابط حسنه با دیگران و حاکمیت منطق و گفت‌وگو در روابط و داشتن روحیه مشورت‌پذیری، پرسش‌گری، انتقادپذیری، نداشتن وابستگی فکری به دیگری، تحلیل مسائل، رشد فکری، انجام دادن کارهای مستقل، فریب‌نخوردن در انجام‌دادن معامله‌ها، توانایی داشتن در زندگی مستقل، قدرت نگهداری مال و دارایی خویش (سفیه‌نبودن)، ارزیابی پیامد فعالیت‌ها قبل از اجرا، تشخیص راه هدایت، نجات، صلاح و کمال و پرهیز از خرافات است.

۲. سلامت عاطفی خویش را ارتقا ببخشید.

همسرانی از سلامت عاطفی در سطح مطلوب برخوردارند که دارای ویژگی‌های زیر باشند: نگرش مثبت به دیگران، احساس ایمنی و آرامش در خانواده، محبت کردن و محبت‌پذیری، مهرجویی و مهرورزی، نوازش کردن، نشاط و شادابی، ایجاد روابط خانوادگی پایدار و جامعه‌پذیری، نوع‌دوستی، عفو و گذشت، توان برآوردن نیازهای عاطفی دیگران، کنترل عواطف، حمایت و مراقبت، اجتناب از خودخواهی، احساس رضایت‌مندی از زندگی، احترام، غیرت، توان درک وضعیت عاطفی دیگران، منظم‌بودن، اعتمادبه‌نفس، فضیلت دوستی، اراده قوی، استقامت، انسجام، تصمیم‌گیری، عفاف، خودخواه‌نبودن، اجتناب از تلاش برای تسلط بر دیگران، انجام کار گروهی، مدیریت و همکاری، همدلی، داشتن نقش پویا، پرنشاط و صمیمی، دارای احساس مسئولیت، توان نه گفتن به خواهش‌های نفسانی و وسوسه‌های شیطنی خود و دیگران، ابراز عواطف به‌گونه‌ای که در نشان دادن آن‌ها، دچار مشکل نشود؛

از این رو، عواطف خود را پنهان یا سرکوب نمی‌کند.

برعکس، کسی که دارای ویژگی‌هایی چون ترس از مریضی، احساس گناه، کم‌رویی، افسردگی، اضطراب، خشمگینی، نفرت، غمگینی، پرخاشگری، انتقادناپذیری، حسادت، کینه‌ای بودن (کسی را نمی‌بخشد)، نداشتن ثبات اخلاقی، کج‌خلقی، فرار از واقعیت، بدبینی، داشتن دوست‌پسر و یا دوست‌دختر، وابستگی افراطی، تردید زیاد و برعهده‌نگرفتن مسئولیت عیوب خود، همه حاکی از فقدان سلامت عاطفی شخص است.

قرآن، مودت و رفتار محبت‌آمیز و مهرورزی را که از نشانه‌های سلامت عاطفی در انسان است، هدف آفرینش و محور روابط در زندگی مشترک زن و مرد می‌داند: «از نشانه‌های قدرت اوست که برایتان از جنس خودتان همسرانی آفرید تا به ایشان آرامش یابید و میان



شما دوستی و مهربانی نهاد. در این، نشانه‌هایی است برای مردمی که تفکر می‌کنند.»^۱
پیامبر ﷺ رابطهٔ محبت‌آمیز و همراه با مودّت با دیگران را ملاک اساسی سلامت عاطفی دانسته و فرموده‌اند: «مَثَلُ مُؤْمِنَانِ فِي دَوَسْتِي وَ اِبْرَازِ عَاطِفِهِ وَ رَحْمَتِ بِهٖ يَكْدِيْغِرٌ، مَثَلُ پِيْكَرِ اسْت. هر گاه عضوی از آن دردمند شود، دیگر اعضای پیکر با بی‌خوابی و تب، با آن عضو همدردی می‌کنند.»^۲

۳. در حفظ و تعمیق سلامت دینی یکدیگر بکوشید.

همسران باید به شناخت و باور خود به اصول دین عمق ببخشند و برنامه‌ریزی کنند تا به مجموعهٔ برنامه‌ها و قوانین تمام‌شمول شریعت اسلامی به‌طور عملی پایبند و ملتزم باشند

۱. روم، ۲۱.

۲. پیام پیامبر، ص ۴۲۸.

و در این راستا به یکدیگر کمک کنند. زن یا شوهری که به قانون و عهد و پیمان خداوندی پایبندی ندارد و برای دین دار بودن همسرش ارزش و اعتباری قائل نیست، از سلامت دینی برخوردار نیست. مهم‌ترین کمک همسران به یکدیگر برای حفظ و تعمیق ایمان و دین‌داری میان خودشان، ابراز محبت است. امام صادق علیه السلام می‌فرمایند: «بندۀ مؤمن هر چه محبت به همسرش را زیادت‌تر کند، درجه‌های ایمانش افزون می‌شود.»^۱

۴. مدیریت اقتصادی خود را با کمک یکدیگر ارتقا دهید.

هریک از زن و شوهر باید تدبیر اقتصادی خویش را با دیگری در میان بگذارند و با مشورت با یکدیگر تدبیر مشترکی را در مسائل اقتصادی اتخاذ کنند تا در کسب درآمد و

۱. من لایحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۸۴.

توزیع مناسب آن در مصارف زندگی، تشریک‌مسابی در هزینه‌های زندگی، شیوه صرفه‌جویی و پرهیز از اسراف و تبذیر و رعایت اعتدال، مدیریت بهینه را بر زندگی خانوادگی حاکم سازند. عقل معاش که در احادیث بر آن تأکید شده، مربوط به همین مدیریت است.

۵. ویژگی‌های شخصیتی خود را با هم هماهنگ سازید.

هماهنگی همسران با یکدیگر در ویژگی‌های شخصیتی و اخلاقی، نقش بسیار مؤثری در آرامش آنان و پیشبرد اهداف زندگی‌شان دارد. آنان باید همت و اندیشه‌های خودشان را به کار گیرند تا این توانمندی را پیدا کنند و در اکتساب مهارت‌ها در بروز رفتار اخلاقی، با هم هماهنگ شوند و در صورت لزوم آموزش لازم را برای یادگیری مهارت‌های ارتباطی موفق با جنس مخالف ببینند. آنان با این هماهنگی، هدایت زندگی مشترکشان را همانند دو قایق‌ران که هماهنگ با هم باید پارو بزنند، باید در امواج سختی‌ها و مشکلات، به سلامت هدایت کنند.

زوجین خواهناخواه در این هماهنگی متوجه می‌شوند که در کوران زندگی باید از برخی امیال و خواسته‌ها و حقوق خود به‌خاطر دیگری بگذرند. باید توانمندی مخالفت با برخی خواسته‌های فردی را در خود احساس کنند و مهارت گذشت از خود به‌خاطر دیگری را فرا گیرند. ابراز محبت و احساس و عواطف هریک به دیگری، برای خودخواهی نباشد؛ بلکه دیگرخواهی و همسردوستی، بیشترین عواطف را درقبال دیگری برمی‌انگیزد.

۶. از شئون انسانی و ایمانی یکدیگر حفاظت کنید.

زن و شوهر در فرهنگ قرآنی لباس یکدیگرند.^۱ این لباس، لباس تقوا^۲ است. هریک از آنان

۱. ﴿هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ﴾، بقره، ۷۸.

۲. اعراف، ۶۲.



ضمن محافظت از خود، از همسر نیز محافظت می‌کند و او را در حراست و حصن قرار می‌دهد تا با رفتار نامطلوب، از مقام و عزت انسانی و شخصیت ایمانی‌شان کاسته نشود، به حقارت و پستی پایین‌تر از حیوانات سقوط نکنند و جایگاه و احترامشان را در میان اقوام و اجتماع از دست ندهند. احیاناً اگر زشتی‌هایی در یکی پیدا شد، دیگری آن را بپوشاند و نگذارد فرصت برای بازگشت را از دست بدهد و آبرویش برود و در گمراهی‌ها غوطه‌ور شود. حفظ حیثیت و احترام همسر پیش خود و دیگران، در وی عزتی به‌وجود می‌آورد که ساختار روانی‌اش را از ابتلا به اختلال و آشفتگی و پریشان‌حالی مصون نگه می‌دارد و با تدابیر عقلانی و دادن کمک‌های فکری و حمایت‌های عاطفی، وی عملاً برای اصلاح و ارتقا تلاش خواهد کرد.

۷. در برابر یکدیگر کنش و واکنش ضد‌محبتی نداشته باشید.

در فرهنگ اسلامی هر یک از زن و شوهر موظف‌اند همهٔ ارتباط‌های کلامی و احساسی و

رفتاری خویش را درقبال یکدیگر با محبت همراه سازند و از هر گفتار و ابراز و عملی بپرهیزند که محبت در آن نیست. از این رو همیشه و در هر وضعیتی باید یکدیگر را با مودت و مهربانی خویش مواجه کرده و از هر گونه بی‌اعتنایی، بی‌احترامی، عصبانیت، تندخویی، بدزبانی، درشت‌گفتاری، ترش‌رویی و سرسنگین‌بودن، تحقیر و خشونت با یکدیگر دوری کنند. دوری همسران از این نوع رفتارهای محبت‌زدا، مانع بروز استبداد بین آن‌ها خواهد شد.

متأسفانه در دنیای کنونی همسرانی وجود دارند که به دلیل رفتارهای ضد‌محبتی، به یکدیگر بدبین و بی‌اعتمادند و بیش از اختیارهای خود، برای دیگری محدودیت ایجاد می‌کنند و بیش از حد لازم، بر همسر کنترل دارند. این‌گونه همسران سعی می‌کنند که با تهدید، همسر را مجبور به انجام اعمالی کنند که طبق خواسته آنان است و خواسته و آزادی همسر را نادیده گرفته و می‌خواهند همسرشان همچون برده‌ای در اختیار امیال و امرونی‌های آن‌ها باشد. این روش بسیار مخرب است و هرگز نباید به کار رود. تهدید، امنیت

روانی همسر را به مخاطره می‌اندازد. این عمل ممکن است سبب تسلیم‌شدن موقتی وی شود؛ ولی به رفتارهای پرخاشگرانه منجر می‌شود.

همسر مستبدي که همواره خواستار حرف‌شنوی همسر از دستوره‌های اوست و هیچ‌گاه طبق علاقه همسرش عمل نمی‌کند، برای غلبه بر ضعف‌ها و حقارت‌های خود، به امر و نهی همسر می‌پردازد و رفتاری پر از خشونت در قبال او به اجرا درمی‌آورد. بنابراین همسران با رفتار همراه با مودت نباید بگذارند خشونت و استبداد بر روح و رفتار آن‌ها حاکم شود. هر یک با اکتساب شخصیتی بامحبت برای خود، همچون انبیا،^۱ شیوه‌های محبتی شناخته‌شده^۲ را بر رفتار خویش حاکم سازند؛ به گونه‌ای که جز محبت از آنان به یکدیگر، رفتار و احساسی صادر نشود و بر این اساس به تأمین خواسته‌های روانی-عاطفی یکدیگر بپردازند.

۱. الکافی، ج ۵، ص ۳۲۰.

۲. نساء، ۱۹.



حضرت علی علیه السلام درباره رفتار محبتی خویش با همسرش و مودت همسرش در برابر خود می‌فرمایند: «به خدا سوگند، هرگز کاری نکرده‌ام که فاطمه ناراحت شود و او را به هیچ کاری مجبور نکردم. او نیز هرگز مرا ناراحت نکرد و برخلاف میل باطنی من، قدمی برنداشت.»^۱ امام صادق علیه السلام می‌فرمایند: «هر کس علاقه‌اش به ما ائمه علیهم السلام شدیدتر می‌شود علاقه‌اش به همسرش شدیدتر می‌شود.»^۲ امام حسین علیه السلام محبت خود را به همسرشان و دخترشان با تأکید قسم، به دیگران اعلام می‌کنند و می‌فرمایند: «به جان تو سوگند، من خانه‌ای را دوست دارم که در آن سکینه و رباب باشند. من آن‌ها را دوست دارم و عمده اموالم را به آنان می‌بخشم و شایسته نیست کسی مرا سرزنش کند.»^۳

۱. کشف الغمه، ج ۱، ص ۳۶۳.

۲. بحار الانوار، ج ۶۶، ص ۲۸۷.

۳. محمدجواد نجفی، زندگانی امام حسین علیه السلام، ص ۷۰، نشر اسلامیه.

۸. کارهای خانه را با کمک یکدیگر انجام دهید.

همسران کارهای خانه را با یکدیگر انجام دهند. انجام دادن کارها به صورت مشترک توسط زوجین سنت نیکویی است که اسوه بارز آن رسول اکرم ﷺ و حضرت خدیجه علیها السلام و امیرمؤمنان علیه السلام و حضرت فاطمه علیها السلام هستند. همکاری زن و شوهر در فعالیت‌های خانه یکی از جنبه‌های ابراز محبت آن‌ها به یکدیگر است و تمرین یکی از مهم‌ترین فضایل اخلاقی محسوب می‌شود. زن و شوهر در این همکاری به یکدیگر نشان می‌دهند که مسئولیت کارها متوجه یک نفر نیست و اصولاً من و تویی میان آنان وجود ندارد. مبنای فعالیت‌های آنان، قوانین خشک اجتماعی نیست؛ بلکه محرک آنان در این فعالیت‌ها، انگیزه‌های عاطفی و محبت انسانی است. از این رو، خستگی کارهای دیگر نمی‌تواند آنان را تنبل و سست و بی‌حوصله کند؛ بلکه با این فعالیت‌ها علاقه‌شان را به یکدیگر نشان می‌دهند و از آن لذت می‌برند و به این وسیله خستگی را از خودشان دور می‌سازند. حضرت علی علیه السلام با همه کارهایی

که در بیرون از خانه داشتند، به ویژه جهاد و جنگ در راه خدا و کارهایی که برای امرار معاش انجام می دادند، در کارهای خانه نیز شرکت می جستند، عدس پاک می کردند و در دستاس کردن، همسرشان را یاری می رساندند. هیزم می آوردند، برای خانه آب تأمین کرده و خانه را جارو می کردند. جو را آسیاب و آرد و خمیر را آماده می کردند و نان می پختند. روزی رسول خدا ﷺ به خانه حضرت علی علیه السلام وارد شدند و مشاهده کردند دختر و دامادشان با محبتی بی نظیر در کنار هم نشسته و با همکاری هم به آرد کردن جو مشغول هستند. پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم خطاب به آنان فرمودند: «کدام یک از شما خسته تر هستید تا من به جای او نشسته، کارش را انجام دهم؟» حضرت علی علیه السلام اظهار کردند: «ای رسول خدا، دخترتان فاطمه خسته تر است.» آن حضرت کنار دامادشان نشستند و با هم به دستاس کردن مشغول شدند.^۱

۱. بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۵۰ و ۵۱، ح ۴۷.

۹. برای همدیگر خود را بیارایید.

نظافت و آرایش سنت پسندیده دینی است و مؤمنان متعهد به آداب و سنن اسلامی به آن پایبند هستند. در آموزه‌های پیامبر اعظم ﷺ و ائمه علیهم‌السلام توصیه فراوانی شده است که این سنت در میان همسران، بیشتر باید رعایت شود. امام علی علیهم‌السلام می‌فرمایند: «لباس‌های خود را تمیز و موهای خود را اصلاح کنید، مسواک بزنید و آراسته و پاکیزه باشید که بنی‌اسرائیل چنین نکردند و زنانشان بدکار شدند.»

معصومان علیهم‌السلام خودشان نیز این سنت را به خوبی انجام می‌دادند و خود را برای همسرانشان آراسته و مرتب می‌کردند، لباس مناسب می‌پوشیدند و موهای خود را رنگ می‌زدند. حسن بن جهم، از دوستان امام کاظم علیهم‌السلام، می‌گوید: آن حضرت را دیدم که موهای خود را خضاب کرده بودند. گفتم: «فدایتان شوم، شما هم خضاب می‌کنید؟!» حضرت فرمودند: «آری، اصلاح و مرتب‌بودن وضع، بر عفت زنان می‌افزاید. زنانی بودند که پاک‌دامنی را



رها کردند، به این دلیل که شوهرانشان اصلاح و مرتب بودن خود را رها کردند.» سپس فرمودند: «دوست داری همسرت را در حالی همانند حال خودت که خود را آراسته نکرده‌ای، ببینی؟» گفتم: «نه.» فرمودند: «او نیز چنین است.» آنگاه فرمودند: «نظافت و استعمال بوی خوش و اصلاح مو، از اخلاق پیامبران است.»^۱

یکی از دوستان امام باقر علیه السلام به نام حکم بن عتیبه می‌گوید: در خانه‌ای زیبا و آراسته خدمت آن حضرت رسیدم، لباس زیبا و رنگینی پوشیده بودند که آثار رنگ لباس بر دوش حضرت دیده می‌شد. خیلی شگفت‌زده شدم. گاهی به خانه نگاه می‌کردم و گاهی به وضع لباس آن حضرت. حضرت فرمودند: «چرا متعجبی؟» عرض کردم: «چه بگویم از این لباسی که به تن کرده‌اید. این لباس مربوط به افراد نوجوان است.» حضرت فرمودند: «ای حکم، چه کسی

۱. حرّ عاملی، النکاح، ج ۷، ۱۳۹۳ق، ح ۲۵۵۴.

زینت‌ها و چیزهای پاکیزه‌ای که خداوند برای بندگانش آفریده است، حرام کرده؟ این‌ها از چیزهایی است که خداوند برای بندگانش آفریده است. اما این خانه که مشاهده می‌کنی مربوط به همسر من است و من تازه ازدواج کرده‌ام. لباسی که مشاهده می‌کنی و همچنین حضور من در این خانه به‌خاطر همین موضوع است.»^۱

حسن زیات بصری نقل می‌کند: با یکی از دوستانم خدمت امام باقر علیه السلام رسیدیم. ایشان را در خانه‌ای زیبا، با لباس زیبا دیدیم؛ درحالی‌که سرمه کشیده بودند. پرسش‌هایی از آن حضرت داشتیم که به پاسخ آن‌ها رسیدیم. ایشان متوجه شدند که ما از وضع لباس و خانه آن حضرت شگفت‌زده شده‌ایم. فرمودند: «فردا با دوستت نزد من بیا.» روز بعد به منزلی رفتیم که ایشان بیشتر وقت‌ها آنجا تشریف داشتند. مشاهده کردیم که در خانه جز حصیر،

۱. بیتا خسروی، زندگانی حضرت سجاده علیه السلام و امام باقر علیه السلام، ص ۲۰۷.



چیزی نیست و حضرت لباس زبر و خشن به تن دارند. حضرت فرمودند: «دیروز شما پیش من آمدید؛ درحالی که من در خانه‌ای بودم که مربوط به همسرم بود و آن وسایل موجود در خانه، متعلق به اوست. او خود را آرایش کرده بود تا من هم خود را برای او آراسته و مزین کنم.»^۱

۱۰. لغزش‌های یکدیگر را ببخشید.

اگر در زندگی مشترک، از زن یا شوهر خطایی سر بزند که باعث رنجش دیگری شود، فرد خطاکار باید فوراً عذرخواهی کند و همسر رنجیده نیز باید عذر او را بپذیرد و از لغزشش درگذرد. همان‌طور که به‌صورت طبیعی، خودش دوست دارد همسرش لغزشش را عفو کند.^۲

۱. مکارم‌الاخلاق، ترجمه میرباقری، ج ۱، ص ۱۵۳.

۲. بحار الانوار، ج ۷۷، ص ۲۹۲، ح ۲.

همسران نباید بگذارند زمانی بر آن‌ها بگذرد و از هم ناراحت و خشمگین مانده باشند؛ بلکه باید با عذرخواهی و عفو، شرافت و عزت یکدیگر را ارتقا بخشند؛ چراکه رسول اکرم ﷺ فرمودند: «بخشش، بخشنده را عزت می‌افزاید؛ پس عفو کنید که خدا عزت شما را زیاد می‌کند.»^۱

اسحاق بن عمار می‌گوید: به امام صادق علیه السلام عرض کردم: «حق زن بر مرد چیست که با انجام دادن آن‌ها، انسان، نیکوکار محسوب شود؟» امام فرمودند: «خوراک و پوشاک او را فراهم کند و اگر خطایی از او سر زد، از او بگذرد.»^۲

از دیدگاه دینی دو نفر مؤمن باید از خطای یکدیگر بگذرند؛ چه رسد به زن و شوهر که علاوه بر اشتراک آنان در ایمان، همسر و دوستدار یکدیگرند. رسول اکرم ﷺ می‌فرمایند: «از ویژگی‌های مؤمن این است که در برابر خطا و لغزش برادر دینی‌اش با عطف و رفتار کند و

۱. بحار الانوار، ج ۱۸، ص ۴۱۸، ح ۲.

۲. مکارم الاخلاق، ص ۲۱۶.



او را ببخشد و با رضایت به حال و هوای دوستی دیرینه‌شان برگردند.»^۱

۱۱. در کارهایتان با یکدیگر مشاوره کنید.

زن و شوهر به مشورت یکدیگر نیازمندند و مشورت کردن از عوامل موفقیت آنان در زندگی است. امام موسی بن جعفر علیه السلام درباره آثار ارزشمند مشاوره مرد با زن که معمولاً مردها به دلیل نگرش‌هایی منفی آن را نمی‌پذیرند، موفقیت مرد را در تصمیم‌گیری درباره امور مهم زندگی مرهون مشاوره با زن دانسته‌اند و در نقل جریان زن و مرد صالح از بنی اسرائیل چنین نقل می‌فرمایند: آن مرد خواب دید که خدا عمرش را نصف کرده: نصفی در مال و وسعت و نصف دیگر در ضیق و زندگی مشقت، او مخیر شد که اول یکی از آن دو را اختیار

۱. بحار الانوار، ج ۶۷، ص ۲۱۰.

کند. گفت: «زن نیکوکاری دارم که شریک من در زندگی است. با او مشورت می‌کنم و به شما خبر می‌دهم: ان لی زوجة صالحه و هی شریکی فی المعاش، فاشاورها فی ذلک ...» سپس صبحگاه با همسرش مشورت کرد. همسرش گفت: «نصف اول را اختیار کن و عافیت را ابتدا داشته باش. شاید خدا بعداً به ما رحم کرده و نعمتش را بر ما تمام کند.» او در شب بعد در خواب گفت که من نصف اول را اختیار کردم. خدا هم در روزی به او وسعت داد. همسرش به وی گفت: «از این مال به اقوام و نیازمندان، همسایگان و برادرت بده.» او نیز چنین کرد. وقتی نصف اول عمر تمام شد، آن مرد همان را که در خواب دیده بود، دوباره دید. به وی گفتند که خدا از تو تشکر می‌کند و بقیه عمرت هم در وسعت خواهی بود.^۱

۱. بحار الانوار، ج ۹۳، ص ۱۶۲.



در مشاوره، افراد به هدایت دست می‌یابند،^۱ عوامل مشکل‌ساز و امور پنهانی آشکار می‌شود، واقعیت‌های زندگی خود را نشان می‌دهند.^۲ مشاوره خوب‌ترین و محکم‌ترین تکیه‌گاه همسران در زندگی محسوب می‌شود^۳ و با عمل به راهنمایی‌های مشاور، به مجموعه‌ای از خوبی‌ها و خیرها و خوشی‌های مطلوب می‌توان رسید.^۴

۱.۱۱. مهارت‌های مشاوره‌ای همسران

زن و شوهر برای کارآمدی مشاوره در زندگی‌شان باید از فنون مشاوره آگاه شوند^۵ و

۱. غررالحکم، ج ۴، ص ۴۰۸.

۲. غررالحکم، ج ۳.

۳. نَعَمَ الْمُظَاهَرَةُ الْمَشَاوَرَةَ، غررالحکم، ج ۶، ص ۱۵۷.

۴. غررالحکم، ج ۳، ص ۳۶۸.

۵. رسول اکرم...: شاوروا العلماء الصالحین، تفسیر تستری، ص ۲۸.

مهارت‌های لازم را در این زمینه کسب کنند و آن‌ها را با خردمندی و تجربه و دوران‌دیشی به کار گیرند^۱ و چگونگی فکر کردن صحیح را به یکدیگر بیاموزند. کمک کنند تا توانایی یکدیگر را به افق‌های بالاتر ببرند و از بروز مشکل در زندگی‌شان پیشگیری کنند؛ زیرا مشورت گرفتن آنان از یکدیگر، تلاش پرثمری برای جمع کردن عقل‌هایشان و به تکامل رساندن تدبیرهایشان است. از نتایج مهم آن، پذیرش و احترام به فکر هم و قدرشناسی از نعمت عقل همسر و استفاده از همه نعمت‌هایی است که خدا در همه زمینه‌ها به آنان داده است. افزایش امنیت روانی، کاهش خطا، دوری از دوباره‌کاری و موازی‌کاری، بهبودبخشیدن به امور و لذت‌بردن از تلاشی که در زندگی برای هم انجام می‌دهند نیز از ثمره‌های مشاوره با هم است.^۲

پیچیدگی‌های زندگانی امروز و پیوستگی‌هایی که افکار و تمایل‌ها و رفتارها را در

۱. امام علی علیه السلام: خیر من شاورت ذووا التّهی و العلم، و اولو التّجارب و الحزم، غرر الحکم، ترجمه خوانساری، ج ۳، ص ۴۲۸.

۲. علی نقی فقیهی، مشاوره در آئینه علم و دین، ۱۳۸۷، ص ۴۹ تا ۵۱.

زمینه‌های گوناگون به هم وابسته کرده است، ضرورت مشاوره گرفتن و مشورت‌دادن را در متن زندگی همسران بسیار مهم‌تر کرده است. به‌طورقطع همسرانی که می‌خواهند در زندگی زناشویی موفق باشند، باید تا حد مقبولی از ایده‌ها، بینش‌ها، خواسته‌ها و سلیق یکدیگر مطلع شوند و این در فضای صمیمی مشاوره میسر خواهد بود. مشاوره از لحاظ کاربرد عملی آن، مسئولیت‌آور و موجب هوشیاری، افزایش دقت و اعتماد به یکدیگر در میان زن و شوهر می‌شود. هریک از همسران باید خصوصیت‌های شخصی مشاور را در خویش پرورش دهند. این خصوصیت‌ها عبارت‌اند از:

۱. هریک از همسران باید کوشش کنند، از تمایل‌های خود، آگاه باشند و خود را خوب بشناسند. از قوت‌ها و ضعف‌های خود آگاه شوند. افکار، عقاید، بینش‌ها و باورهای خویش را دائماً ارزیابی کنند و در ارتقابخشی و تصحیح نادرستی‌ها و رفع نقایص اقدام کنند و تمایل‌ها و احساس‌ها و رفتارهای خویش را بررسی کرده و درصدد جبران کاستی‌ها و ضعف‌های



- خویش برآیند تا در فضای مشاوره بتوانند نقش خود را خوب و کارآمد ایفا کنند.
۲. هریک از آنان بدون هیچ‌گونه پیش‌شرطی، همسر را برای مشاوره بپذیرد و با رفتاری عاطفی و صمیمی و ایجاد فضای امنیت و مصونیت، به گفت‌وگوی یاورانه با یکدیگر بپردازند.
 ۳. سعه‌صدر خود را افزایش دهند و از کرامت انسانی و ایمانی و همسری همسر خود حفاظت کنند و به یکدیگر احترام گذارند و از هرگونه برخورد تند، عصبانیت، صدای بلند، جدال ناکارساز و پرخاشگری دوری کنند.
 ۴. ضمن همدردی با همسر و توجه به ناراحتی پیش‌آمده برای وی، همدلی و تلاش بی‌وقفه خویش را در کمک‌کردن به او و حل مشکل، با تمام توان دنبال کنند.
 ۵. به فرآیند حل مشکل بیندیشند و از به‌کرسی‌نشاندن حرف خود و اثبات حقانیت خود و احساس فائق‌آمدن درمقابل دیگری پرهیز کنند.
 ۶. برای کارآمدی مشاوره‌شان توجه کنند تا در مسئله‌ای که درباره آن مذاکره می‌کنند،

موضوع، مشخص باشد و هر دو متعهد شوند که از شاخه‌ای به شاخه‌ی دیگر نروند و مسائل را با هم مخلوط و فضای ذهنی یکدیگر را مشوش نسازند.

۷. زن و مرد قبل از مشاوره‌هایشان با یکدیگر باید هر کدام خوب فکر کنند و مسئله‌ای را که درباره‌ی آن به مشاوره پرداخته‌اند، در اندیشه‌ی خود از همه‌ی جوانب بررسی و ارزیابی کنند و سپس به شور با یکدیگر بنشینند تا اندیشه‌ی طولانی آنان بتواند هدایتگر و راهگشا باشد.^۱

۸. هریک با توجه به عوامل مشکل‌ساز، درصدد رفع آن‌ها برآیند و پرهیز کنند از اینکه عامل بروز مشکل را دیگری قلمداد کنند و مشکل را به گردن یکدیگر بیندازند. هر کدام باید ضعف‌های خود را شناسایی کنند و بفهمند چه باورها، تمایل‌ها، اخلاق‌ها و کارهایی از خودشان منشأ بروز مشکل شده است و آن‌ها را به‌طور صریح بیان کنند. درصدد تصحیح

۱. غرر الحکم، ترجمه‌ی خوانساری، ج ۴، ص ۲۵۹.

باورهای غیرمنطقی و تغییر تمایل‌های غیرطبیعی و اخلاق‌های بد خویش برآیند و کاستی‌ها و نواقص را با رفتارهای عاطفی و عقلانی جبران کنند.

۹. همسران رفتار نادرست خود را توجیه نکنند؛ بلکه به دلیل چنین رفتاری، از همسر عذرخواهی کنند و برعکس، رفتار نامطلوب همسر را به صورت معقول و هدایت‌گرانه توجیه کنند و از به رخ کشیدن آن بپرهیزند.

۱۰. کوشش کنند صفات منفی را از خودشان دور کنند؛ همچون جهل، حماقت، بی‌شخصیتی، بدگمانی، حرص، ترس، دروغ و مانند آن. این‌ها مشاوره را غیرکارآمد و بلکه زیان‌آور می‌سازد.^۱

۱۱. هریک از همسران از راهنمایی‌های یکدیگر به‌عنوان مراجع هم پیروی کنند و با

۱. غررالحکم، ترجمه خوانساری، ج ۶، ص ۲۷۰ و همچنین بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۰۱ و ۹۹ و نک نهج البلاغه، فیض الاسلام، ص ۹۹۸ و همچنین غررالحکم، ترجمه انصاری، ج ۲، ص ۸۱۶.

تکالیفی مخالفت نکنند که همسر مشاور مشخص می‌کند. امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرمایند: «با عاقل متدین مشورت کن که او به‌جز خیر تکلیف نمی‌کند و از مخالفت کردن با او بپرهیز؛ زیرا فساد در دین و دنیا را به دنبال دارد.»^۱ نیز در جایی دیگر فرمودند: «وقتی با کسی مشورت می‌کنی که مقبول توست، با او در آنچه به‌ظاهر علیه تو نظر می‌دهد، مخالفت نکن؛ گرچه برخلاف خواسته‌ات باشد.»^۲

۱۲. همسران در فرآیند مشاوره با یکدیگر نه‌تنها باید از متهم‌ساختن همدیگر پرهیز کنند؛ بلکه باید از اظهارنظرها و هدایت‌هایشان درقبال یکدیگر تشکر و قدردانی داشته باشند. امام سجاد علیه السلام در این باره می‌فرمایند: «حق مشاور بر مراجعه‌کننده این است که او را متهم نسازد. اتهام به کسی که او را مستحق مشورت دانسته‌ای جایز نیست؛ بلکه باید از

۱. وسائل‌الشیعه، ج ۸، ص ۴۲۶، ح ۵.

۲. بحار‌الانوار، ج ۷۵، ص ۱۰۳.



اظهارنظر و حُسن پذیرشش در مشاوره تشکر کنی و او را سپاسگزار باشی.»^۱

شایان توجه است که مشاوره‌های زن و مرد در زندگی خانوادگی تجربه‌ای برای آنان خواهد شد که می‌توانند درایت‌های عقلی خودشان را کمال بخشند و مانع آن شوند که گاه تحت تأثیر احساس، به ابراز اندیشه‌های سست و نسنجیده و بدون ارزیابی مدبرانه بپردازند؛ زیرا تجربه‌ها در کنار علم و دانش نیروی عقلانیت را افزایش می‌دهد و زن و شوهر به خوبی می‌توانند از تجارب گذشته زندگی استفاده کنند و تدبّر و عقلانیت خویش را متکامل سازند.^۲ اصولاً دوران‌دیشی کسانی که تجربه عملی برای مشاوره با یکدیگر دارند، افزایش پیدا می‌کند^۳ و نظرهای درست‌تری ارائه می‌کنند و ارزش‌های عقلانی و تدابیر خود را

۱. تحف‌العقول، ص ۲۷۵.

۲. غررالحکم، ج ۲، ص ۳۲.

۳. غررالحکم، ج ۵، ص ۲۰۳.

می‌افزایند.^۱ چنین افرادی به دلیل کثرت تجربه، لغزش‌هایشان نیز کاسته می‌شود و کمتر فریب می‌خورند^۲ و داوری و هدایتشان بهتر و محکم‌تر از عالم و پزشکی است که صرفاً درس خوانده است.^۳

۱۲. به هم احترام بگذارید.

دایرهٔ این احترام، شامل ارج‌نهادن به شخصیت یکدیگر، احترام به نظر، افکار و سلیقهٔ هم و رفتارهای محترمانه با یکدیگر در تمام شئون زندگی است. نظام ارزشی هر خانواده بستگی به نوع تفکر و باورهایی دارد که میان همسران حاکم

۱. غررالحکم، ج ۴، ص ۹۵.

۲. غررالحکم، ج ۵، ص ۲۱۴.

۳. غررالحکم، ج ۱، ص ۳۱۵.



است. روابط بین همسرانی که برای همدیگر شخصیت، انسانیت، کرامت و ارزش قائل‌اند، از سیستمی ارزشی تبعیت می‌کند و از این‌رو احترامِ هم را دارند. این کرامت وقتی با کرامت تقوایی و دیانت و صداقت و پایبندی به ارزش‌ها تقویت شود، احترام بیشتر به دنبال دارد؛ یعنی هریک از زن و شوهر، جدای از احترام انسانی که باهم دارند، باید به‌میزان درجهٔ تقوایی که همسرشان از آن برخوردار است، احترام او را بیشتر نگه دارند و رفتارهایی که با کرامت تقوایی همسرشان ناهماهنگ است، از آنان سر نزنند.

براین‌اساس، معیار احترام همسران به یکدیگر، فقط دو نوع کرامت انسانی، یعنی کرامت ذاتی و تقوایی است که همسران باید براساس آن‌ها احترام‌های خود را پی‌ریزی کنند. زنان و مردان باید بدانند که این دو نوع کرامت است که منحصراً احترام میان همسران و افراد را به‌عنوان وظیفهٔ انسانی و الهی توجیه می‌کند و برای آنان ارزش می‌آفریند و زندگی انسانی آنان را سامان می‌دهد. از این‌رو باید متوجه بود که امور دیگری که منشأ و معیار

احترام در خانواده‌ها و یا افراد دیگر قرار گرفته، معیارهای مناسبی نیست و هیچ ارزشی در زندگی آنان ایجاد نمی‌کند و باعث نمی‌شود وظیفه‌ای به‌خاطر این ارزش‌ها برعهده آن‌ها بیاید. مثلاً احترام زن و شوهر به یکدیگر نباید به‌دلیل ثروت مادی و مقام اجتماعی باشد یا چون وی نیاز او را رفع می‌کند و به خواسته مادی او پاسخ مثبت می‌دهد، به او احترام بگذارد و در غیر این صورت بی‌احترامی کند. امام علی علیه السلام فرمودند: «چه زشت است احترام‌گذاری به‌هنگام نیاز و درستی و بی‌اعتنایی به‌هنگام بی‌نیازی.»^۱ احترام‌های مصلحتی و ظاهری زن و شوهر به یکدیگر بدون اینکه ریشه در نوع نگرش مثبت آن‌ها به هم داشته باشد، از معیارهای غلط در احترام است. زن و شوهر نباید به‌خاطر ترس از یکدیگر به هم احترام بگذارند. شوهری که زور می‌گوید و شر و زورگویی‌اش، همسرش را به احترام وادار

۱. بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۱۶۹.



می‌سازد، شیوهٔ پیروان پیامبر ﷺ را ندارد و از امت رسول الله ﷺ محسوب نمی‌شود. آن حضرت فرمودند: «کسی که مردم او را به خاطر دوری از شرّش احترام می‌کنند، از من نیست.»^۱ همچنین تأکید کردند: «چنین کسی از بدترین و شرورترین افراد به حساب می‌آید که در میان مسلمانان حضور دارند.»^۲ شوهری که به خانمش احترام نمی‌گذارد؛ ولی به خواهرزانش به دیدهٔ احترام می‌نگرد یا به خواهر خودش احترام می‌گذارد، معیار مناسبی برای این تبعیض در رفتار خود ندارد. البته زن و شوهر باید زمینهٔ احترام به خود را از طرف همسر فراهم سازند و رفتاری انجام ندهند که شخصیت و کرامتشان پیش همسر آسیب ببیند و باعث بی‌حرمتی از ناحیهٔ همسر واقع شوند. کسی که عزت‌نفس داشته باشد و برای خود احترام و ارزش قائل باشد و رفتار ضدارزشی از خود بروز ندهد، همسرش نیز به او

۱. بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۲۷۹.

۲. خصال صدوق، ص ۱۴.

احترام می‌گذارد. برعکس، کسی که احساس کرامت و ارزش در خویش نمی‌کند، به کارهای ضدارزش یا بی‌ارزش اقدام می‌کند و خدا و دستوره‌های او را نادیده می‌گیرد و قوانین الهی را رعایت نمی‌کند، چنین کسی حرمتش را پیش همسرش از دست می‌دهد و همسرش او را محترم نمی‌بیند تا به او احترام بگذارد.

امام صادق علیه السلام فرمودند: **مَنْ اتَّخَذَ امْرَأَةً فَلْيُكْرِمَهَا؛** (کسی که همسری را برای خود انتخاب کرد، باید به او احترام کند).^۱ پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند: **وَ طُوبَى لِمَرْأَةٍ رَضِيَ عَنْهَا زَوْجُهَا؛** (خوشا به حال زنی که شوهرش به دلیل احترامی که برای او و حرف‌های او قائل است، از او راضی باشد).^۲

بنابه آموزه‌های قرآنی، لازم است احترام همسران به یکدیگر سیره مستمر آنها در زندگی باشد و از آن تخلف نکنند. حتی اگر ناراحتی و مشکلی برایش پدید آمد، همسر حق

۱. بحار الانوار، ج ۷۶، ص ۸۵.
 ۲. بحار الانوار، ج ۸، ص ۳۱۰.

ندارد بدزبانی و فحاشی کند و به آزار و اذیت پردازد؛ بلکه با مهربانی و محبت و دوستی وضعیت روانی مناسبی را فراهم سازد که همسر آرامش خود را بازیابد.

قرآن می‌فرماید: ﴿وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ...﴾ (= با آنان به‌طور شایسته و محترمانه معاشرت کنید...)^۱ و با افزایش رفتار یاورانه، انجام کارهای خانواده و استمراربخشی به احسان و نیکی، همسرشان را متحول کنند و برای خویش و زندگی سعادت‌مندان در دنیا و آخرت، نتایج گرانبهایی پدید آورند. امام صادق علیه السلام فرمودند: و من حسن برّه باهله زاد الله فی عمره؛ (کسی که به خانواده‌اش نیکی کند، خداوند بر عمرش می‌افزاید).^۲ در روایت دیگر پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم تصریح کردند: «کسی که در کارهای زندگی به همسرش کمک کند، خیر دنیا و آخرت را به‌دست

۱. نساء، ۱۹.

۲. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۲۵.

می آورد.»^۱ نیز در روایت دیگر فرمودند: «خدمت به همسر بدون اینکه بر او منتی گذاشته شود، کفاره گناهان است و خشم خدا را خاموش می کند.»^۲

امام خمینی رحمته الله علیه و احترام به همسر

همسر امام خمینی رحمته الله علیه در مصاحبه‌ای با مجله «آشنا» فرمودند: «امام به من خیلی احترام می گذاشتند و خیلی اهمیّت می دادند. ایشان در اوج عصبانیت هرگز به من بی احترامی و اسائه ادب نمی کردند. تا من وارد اتاق می شدم، جای خود را به من تعارف می کردند و تا من سر سفره غذا آماده نمی شدم، غذا نمی خوردند و به بچه‌ها هم می گفتند: صبر کنید تا خانم بیاید. تا وقتی که در خانه بودند، نمی گذاشتند به زحمت بیفتم و در جارو کردن خانه

۱. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۲۵.

۲. میزان الحکمة، ج ۸، ص ۴۱۰.



یا شستن لباس و کارهای منزل همکاری می‌کردند یا از بچه‌ها می‌خواستند به مادرشان کمک کنند.»^۱

۱۳. در برابر یکدیگر مسئولیت‌پذیر باشید.

از جمله عوامل مؤثر در تأمین سعادت خانواده، حس مسئولیت‌پذیری متقابل همسران است. هریک از زن و مرد باید بدانند که با قبول زندگی مشترک، مسئولیت‌هایی برعهده آنان می‌آید که پیش از تشکیل خانواده، آن‌ها را نداشتند. این مسئولیت‌ها از ناحیه شرع و جامعه و خودشان، باتوجه به اختیارها و توانایی‌ها و تعهدهایشان، به‌عهده هریک از زن و شوهر گذارده می‌شود؛ مسئولیت‌هایی از قبیل تأمین هزینه زندگی، مدیریت خانواده، همسراری و

۱. «آشنا»، خرداد ۱۳۷۳، ص ۵۸.



تربیت اولاد. وجود این حس باعث استحکام پیوند خانوادگی و آسایش روحی است.

برای مطالعه بیشتر

۱. همسر داری، ابراهیم امینی، بوستان کتاب.
۲. نظام خانواده در اسلام، حسین انصاریان، موسسه تحقیقات و نشر معارف اهل البيت علیهم السلام.
۳. خانواده در نگرش اسلام و روان شناسی، محمدرضا سالاری فرد، سمت و پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۴. تربیت جنسی، مبانی، اصول و روش‌ها از منظر قرآن و حدیث، علی نقی فقیهی، انتشارات دارالحدیث.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.daneprairie.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.