ازدواج و سلامت معنوی

اشتراک در شبکه‌های اجتماعی:
آدرس صفحه: https://mav



[1]

به نام خدا

ازدواج؛ فرصتی برای سلامت و تعالی معنوی

ابراهیم اخوی؛ دانش آموخته حوزه و روان‌شناس

اشاره

ازدواج با پیمانی تعریف شده از سوی خداوند به عشق رسمیتی ماندگار و جذابیتی بالا می‌بخشد. راز این تحول را می توان در زوایای زیر جستجو کرد.

1. **عشق:** عشق، کیمیایی است کمیاب که هم به دست آوردن آن دشوار است و هم حراست از آن. عقد، وسیله‌ای است برای حراست از یک عشق پاک و ماندگار که دیگران را شاهد قول و قرار دو عاشق می‌کند. با اجرای دستور خداوند، دل‌های عاشق و پرتپش دو جوان، آرامشی عمیق و ضمانتی دو چندان می‌یابد که در قرآن کریم از آن به مودت نام برده شده است.[1] دو جوان، از اینکه بدون هیچ‌گناهی می‌توانند جنس مخالف خود را داشته باشند و از صمیم قلب او را دوست داشته باشند، بسیار خرسندند. در این دوره است که دو جوان در می‌یابند که عشق فقط عشق پاک که مهر تایید خداوند را به همراه داشته باشد و تمام سرگرمی‌های غیرآن، همه سم مهلک جان و ایمان جوان‌اند. احساسی که از آرامش روان و شکوفایی در همسران پدید می‌آید، برترین نشانه خوشبختی آنان است.[2]
2. **جهش معنوی:** یکی از ویژگی‌های دوران عقد، احساسات معنوی بالایی است که از سر سپاس به خداوند ایجاد می‌شود. یک چنین احساسی، شاید روزهای اول نوجوانی هم درک می‌شد و اینک پس از سال‌ها دوباره تکرار شده است. وقتی دو زوج جوان در می‌یابند که از این پس با هم بودن‌شان نیز می‌تواند یک عبادت باشد و می‌یابند که دوست داشتن آنها به لطف و نگاه خداوند گره خورده است و نیز می‌دانند که از این پس، بیشتر ایمانشان را به بیمه خداوند درآورده‌اند و نمازها و دیگر عبادت‌هایشان، بهره‌ای چندبرابری دارد، حسی عالی به سراغ آنها می‌آید. به ویژه زمانی که

هر دو با نام و یاد خدا به یاد همدیگر می‌افتند و از اینکه خداوند خانم و آقایی مؤمن را نصیب هم کرده که از غم رها شوند، این احساس خوش معنوی بیشتر رخ می‌نمایاند. روزهای عقد می‌تواند نشانه‌ای از همان نفحه‌های الهی باشد که در سفارش رسول حرا آمده است. حضرت در جمله‌ای والا می‌فرمایند: «أُطلُبُوا الخَيرَ دَهرَكُم كُلَّهُ وتَعَرَّضُوا لِنَفَحاتِ اللّهِ، فإنّ للّه نَفَحاتٍ مِن رَحمَتِهِ يُصِيبُ بها مَن يشاءُ مِن عبادِهِ؛ در سراسر عمر خود جوياي خير و خوبي باشيد و خويشتن را در معرض نسيم‌هاي خداوندي قرار دهيد؛ زيرا نسيم رحمت خدا گه‌گاه مي‌وزد و به هر يك از بندگانش كه او خواهد، مي‌رسد».[3] اینک چنین نسیمی در روح و جان دو جوان دمیده شده و آنها را مهیای بندگی بیشتر نموده است. نمونه‌ای از دیگر روایات را درباره ارزش‌دهی معنوی ازدواج بر انسان برمی‌شماریم:

پیامبر اعظم صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود: «مَن تَزَوَّجَ فقد أُعطِيَ نِصفَ العِبادَةِ؛ هر که ازدواج کند، نصف عبادت به او داده شده است».[4]

و فرمودند: «مَن تَزَوَّجَ فقد أحرَزَ نِصفَ دِينِهِ، فَلْيَتَّقِ اللّه في النِّصفَ الباقي؛ کسی که ازدواج کند ، نیمی از دین خود را حفظ نموده است و برای نیمه دوم باید تقوای خدا در پیش گیرد».[5]

و نیز در روایت دیگر از حضرت نقل شده است: «المُتَزَوِّجُ النائمُ أفضَلُ عِندَ اللّهِ مِنَ الصائمِ القائمِ العَزَبِ؛ ازدواج کرده خفته ، نزد خدا فضیلت دارد بر ازدواج نکرده روزه گیر شب زنده دار».[6]

امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «إنّ رَكعَتَينِ يُصَلِّيهما رجُلٌ مُتَزوِّجٌ ، أفضَلُ مِن رَجُلٍ يَقومُ لَيلَهُ و يَصُومُ نَهارَهُ أعزَبَ؛ دو رکعت نمازی که مردِ زن دار بخواند ، بهتر است از مردِ بی همسری که شب را به عبادت سپری کند و روز را به روزه‌داری». [7]

و در جمله‌ای دیگر از حضرت چنین نقل شده است: «رَكعَتانِ يُصَلّيهما مُتَزَوِّجٌ أفضَلُ مِن سَبعينَ رَكعَةً يُصَلِّيها غيرُ مُتَزَوِّجٍ؛ دو رکعت نمازی که ازدواج کرده می خواند ، برتر از هفتاد رکعت نمازی است که فرد عزب بخواند».[8]

1. **زندگی با مقیاس کوچک‌تر:** دوران عقد، ماکتی است از یک زندگی کامل. این دوران در مقیاس کوچک‌تر، همان زندگی چندین ساله‌ای است که قرار است دو جوان با هم داشته باشند. روزهای عقد از این جهت هم برای هر دو نفر، جذاب است و بوی تازگی و نشاط، تمام فضای آن را پر کرده است. هر آنچه که در این دوران از ارتباط همسران جوان رخ می‌دهد، نمونه‌ای است از یک آینده. حتی بروز مشکلات و نحوه حل آنها نیز، تمرینی است برای فائق آمدن بر مشکلات و دشواری‌های سال‌های بعد که از آنها گریزی نیست.
2. **فرصتی برای تحول:** سفر به سوی کمال و شکوفایی، به تنهایی ناممکن یا دست‌کم بسیار دشوار است. فراز و فرودهای بهشتی شدن آنقدر زیاد است که نیاز به همسفر را حتمی می‌کند. اینک برای دو نفری که با هم پیمان دائمی بسته‌اند، فرصتی ایجاد شده تا خود را به شکوفایی نزدیک کنند. این شکوفایی در رشد شخصیتی آنها، رشد مهارت ارتباط با دیگران، تصمیم‌گیری و حل مسئله، خویشتنداری و دیگر نمونه، نمایانگر خواهد شد. در روایتی از رسول امین صلی‌الله علیه و آله می خوانیم: «**مَن أحَبَّ أن يَلقَى اللّهَ طاهِرا مُطَهَّرا فَلْيَلْقَهُ بزَوجَةٍ؛ هر که دوست دارد که پاك و پاکیزه خدا را دیدار کند ، با داشتن همسر به دیدارش رود».[9]**
3. **خوش‌بینی و مثبت‌نگری:** در این دوره، نگاه دو جوان به یکدیگر، سراسر خوبی و زیبایی است. به دنبال نشانه‌هایی برای تعریف و تمجید از یکدیگرند. پسر و دختر جوان، با انبوهی از انرژی و نشاط، در کنار هم قرار می‌گیرند و خود را برای تشکیل یک شرکت خانوادگی یعنی زندگی، آماده می‌کنند.
4. **امیدواری:** امید روح انسان‌هاست. دو جوان وقتی یکدیگر را برای یک سفر بزرگ و مهم در زندگی انتخاب می‌کنند، اکنون با کوله‌باری از امید به سمت آینده پیش می‌روند و روزهای عقدبستگی، روزهای برنامه‌ریزی، حرکت ذهنی به سمت آینده و ایجاد یک تصویر روشن از آن است.
5. **برون‌رفت از تنهایی:** اصل زوجیت در هستی، پرشکوه‌ترین نشانه توحید،[10] حکمت و آیت بقا و کمال خلقت و مایه اندیشه بشر است.[11] تنهایی، مایه بسیاری از ناگواری‌هاست.دختر و پسری که سال‌ها به دنبال همدم و مونسی بودند که بتوانند بسیاری از ناگفته‌ها را برای او بازگو کنند و شانه‌هایش را برای تکیه زدن برگزینند، اینک به چنین موهبتی دست یافته‌اند و از غار تاریک تنهایی خویش، به سوی سرزمینی روشن و سرسبز در حرکتند.
6. **لذت‌های جنسی اولیه:** محرومیت‌های جنسی تاحدی می‌تواند دردسر آفرین باشد. به ویژه در روزگاری که از هر سو، بمب‌های جنسی در جان جوانان کار گذاشته می‌شود و زمینه‌های تحریک و گناه فراوان شده، جستجو برای پناهگاهی امن که در آن آسوده‌خیال از این بمباران دمی بیاسایند، جستجویی معنوی و اخلاقی است. دو جوان اینک به یکدیگر پناهنده شده و از همدیگر کام دل‌شان را می‌جویند و می‌خواهند که به کسی جز همدیگر پناه نبرند.
7. **ایجاد فضای هیجانی جدید:** هیجان ناشی از متأهل شدن، برای دو جوان که تا دیروز به نگاه یک فرد تنها و کم‌اعتبار به آنها توجه می‌شده و نیز کارهای زیادی که با خواندن عقد، خداوند بر دوش آن دو گذاشته، در نوع خود جالب توجه

است. نمونه کوچک‌تر آن زمانی است که پسر یا دختر دبیرستانی وارد جامعه‌ای بزرگتر با مسئولیتی بیشتر مانند دانشگاه می‌شود. در این فضای علمی جدید، هم عناوین اعتباری بیشتری نصیب دانشجو می‌شود و هم کارهای زیادی است که باید انجام دهد. این اهداف جدید خود نیروزا و انرژی بخش هستند و روان جوان را از خمودی و بی‌حالی به سمت حرکت و تکاپو سوق می‌دهند. برون‌رفت از تکرار و بی‌حالی نیز بر هیجان این دوره می‌افزاید.

8. **دستیابی به اعتبار خانوادگی و اجتماعی:** آقا داماد و عروس خانم، واژه‌های تازه‌ای هستند که دو جوان از خانواده و دوستان خود می‌شنوند. این عنوان و اعتبار نو، یعنی یک تغییر و پذیرش نقش تازه. این دو دیگر از امواج تصمیم و انتخاب گذشته‌اند و اینک به ساحل آرامش دست یافته‌اند و این آرامش با جملاتی آسمانی دو چندان شده است. روزهای عقد، روزهای رهایی از وابستگی و تمرین استقلال است. روزهایی که احساس واقعی بزرگ شدن و توانستن در همسران بروز می‌کند و این حرکتی نوین به سوی زندگی شیرین است.

---

[1] . «وَ مِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِي ذلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ؛ و از نشانه‌های قدرت اوست که برایتان از جنس خودتان جفت‌ها آفرید تا به ایشان آرامش یابید و میان شما دوستی و مهربانی نهاد. همانا در این نشانه‌هایی است برای مردمی که بیندیشند». روم: 21

[2] . غلامعلی افروز، **روان‌شناسی خانواده: همسران برتر،** تهران، انتشارات سازمان انجمن اولیا و مربیان، چ3، 1380، ص27.

[3] . **کنز العمّال**، ح21325؛میزان الحکمة، ح7212.

[4] . **بحار الأنوار**، ج۱۰۳، ص۲۲۰، ح۲۲ ؛ **میزان‌الحکمه،** ح۸۰۰٦.

[5] . **کشف الخفاء**، ج۲، ص۲۳۹، ح۲٤۳۲؛ **میزان الحکمه،** ح۸۰۰7.

[6] . **بحار الأنوار**، ج۱۰۳، ص۲۲۱، ح۲۵؛ **میزان‌الحکمه،** ح۸۰۰8.

[7] . **قرب الإسناد**، ص۲۰، ح٦۷؛ **میزان‌الحکمه،** ح۸۰۰9.

[8] . **بحار الأنوار**،ج۱۰۳، ص۲۱۹، ح۱۵؛ **میزان الحکمه،** ح۸۰10.

[9] . **بحار الأنوار،** ج۱۰۳، ص۲۲۰، ح۱۸؛ **میزان الحکمه،** ح7994.

[10] .«سبحان الذی خلق الازواج کلها مما تنبت الارض و من انفسهم و مما لایعلمون؛ منزه است خدایی که همه پدیده‌های هستی را جفت آفریده است، چه از نباتات و حیوانات و چه از نفوس بشر و دیگر مخلوقات و پدیده‌هایی که شما از آن آگاه نیستید». یس:36

[11] . دکتر غلامعلی افروز، **مبانی روان‌شناختی رابطه زن و شوهر از منظر پیامبر اعظم حضرت محمد(ص)،** تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، چ2، 1385، ص5.

برچسب‌ها:
ازدواج،سلامت معنوی، مأوا [2]

[illegible]

نشانی منبع:https://mava.iki.ac.ir/node/904

پیوندها
https://mava.iki.ac.ir/files/images/articles/636698718396833555_lg.jpg [2] [1]
https://mava.iki.ac.ir/tag/%D8%A7%D8%B2%D8%AF%D9%88%D8%A7%D8%AC%D8%B3%D9%84%D8%A7%D9%85%D8%AA-%D9%85%D8%B9%D9%86%D9%88%DB%8C%D8%8C-%D9%85%D8%A3%D9%88%D8%A7

.□□□ □□□ □□□ □ □□□□ □□□□ □□□□□□□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□□