

The Underlying Variables of Spiritual Health Affecting the Spiritual and Behavioral Relationships of Couples from the Perspective of Quran and Narrations

Maryam Safara¹ , Atefeh Heyrat² , Mahbobeh Abdolrahimi^{3*} 

1- Department of Psychology, Women's Research Institute, Alzahra University, Tehran, Iran.

2- Department of Ahl al-Bait Studies, School of Theology and Ahl al-Bayt Studies, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

3- Department of Medical-Surgical Nursing, Faculty of Nursing and Midwifery, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

*Correspondence should be addressed to Dr. Mahbobeh Abdolrahimi; Email: M-abdolrahimi@sbmu.ac.ir

Article Info

Received: Feb 13, 2023

Received in revised form:

May 16, 2023

Accepted: Jul 19, 2023

Available Online: Jun 21, 2024

Keywords:

Developmental effects of death

Fear of death

Religious experience

Spiritual health



<https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i2.41205>

Abstract

Background and Objective: Spiritual health means having a sense of acceptance, morality and a sense of positive mutual connection with a sovereign and superior holy power, others and oneself, which is achieved through a dynamic and harmonious process. Achieving a healthy and successful society is possible through ensuring the spiritual health of the family, which is the most fundamental structure of society. On this basis, this study was done to identify the underlying variables of spiritual health in Muslim couples.

Methods: This review study is a descriptive. To collect data, the keywords of spiritual health, spirituality, spouses and couples, and Islam were searched on Google Scholar, Normags, SID, and Magiran databases from 1980 to 2020. After reviewing 53 documentaries, the underlying variables of spiritual health in Islamic texts were extracted through conventional content analysis method. The authors of the article reported no conflict of interest.

Results: Forty-seven extracted codes were classified into 6 subcategories (effective in spiritual, behavioral, emotional, cognitive, sexual relationships and family structure). In the present article, the underlying variables of spiritual health in the spiritual and behavioral relationships of couples were presented. The underlying variables of spiritual health in the spiritual relationships of couples include efforts in obedience to God, participation in acts of worship, having a purposeful life, and assistance in growth and prosperity. The underlying variables of spiritual health in the behavioral relationships of couples include flexibility and easy-goingness, pleasantness and good company, responsible behavior, secrecy and covering up faults, neatness, anger control, good conversation, spending time together, generosity and devotion to relatives.

Conclusion: The spiritual health of couples create purpose and meaning in life, flexibility, feeling of responsibility, violence management, sociability and openness, which leads to the this-worldly and afterlife growth of couples.

Please cite this article as: Safara M, Heyrat A, Abdolrahimi M. The Underlying Variables of Spiritual Health Affecting the Spiritual and Behavioral Relationships of Couples from the Perspective of Quran and Narrations. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2024;10(2):117-130. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i2.41205>

Summary

Background and Objective

Spiritual health means having a sense of acceptance, morality and a sense of positive mutual connection with a sovereign and superior

holy power, others and oneself, which is achieved through a dynamic and harmonious process (1). One of the foundations of spiritual health is the spiritual health of spouses, in which couples regulate their communication patterns by influencing and supporting each other. By

Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat

Vol. 10, No. 2, Summer 2024

(i.e., Research on Religion & Health)

This work is distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

establishing a successful relationship, couples move on the path of balance, perfection and closeness to God, and in addition to promoting spiritual health, they facilitate their success in other aspects. Marriage increases the value of human existence and makes a person more steadfast in the right path and away from deviations, and as a result, with the growth of a person, the spiritual health of a person is affected (2). Achieving a healthy and successful society is possible through ensuring the spiritual health of the family, which is the most fundamental structure of society (3, 4). On this basis, this descriptive study was done to identify the underlying variables of spiritual health in Muslim couples.

Methods

This is a descriptive review study. To collect data, the keywords of spiritual health, spirituality, spouses and couples and Islam were searched on Google Scholar, Normags, SID, and Magiran databases. The inclusion criteria for the selection of texts was the Persian language texts published between 1980 and 2020 related to the spiritual health of couples whose full text was available. The texts that were published about extramarital relationships were excluded from the study. After reviewing 53 documentaries, the underlying variables of spiritual health in Islamic texts were extracted through conventional content analysis method (5).

Results

Forty seven extracted codes were classified into 6 subcategories (effective in spiritual, behavioral, emotional, cognitive, sexual relationships and family structure). In this article, the underlying variables of spiritual health in the spiritual and behavioral relationships of couples were presented. The underlying variables of spiritual health in the spiritual relationships of couples include efforts in obedience to God, participation in acts of worship, having a purposeful life, and assistance in growth and prosperity. The underlying variables of spiritual health in the behavioral relationships of couples include flexibility and easy-goingness, pleasantness and good company, responsible behavior, secrecy and covering up faults, neatness, anger control, good conversation, spending time together, generosity and devotion to relatives.

Conclusion

The values and performance of couples in the field of piety and life goals (6) and their cooperation in the field of worship and spiritual

development (3) in addition to leading to the feeling of connection and deep closeness between spouses, is the basis for shaping the spiritual lifestyle and causes the Muslim person to have a special responsibility and role in cultivating spirituality in himself and his relatives (6). According to religious teachings, it is a sweet and pleasant life in which spirituality grows and life takes on the color of God (7). Also, the behavior and interactive pattern of couples is very important due to their close and long-term relationship (4).

The spiritual and behavioral relationship of couples has an impact on shaping their spiritual health and religious lifestyle. Spiritual health and faith in God lead to having piety, purposefulness, flexibility, good manners and speech, feeling of responsibility, secrecy, neatness, anger control, and generosity, and the couple, under the guidance of experts, achieve worldly and afterlife growth by participating with their spouses in performing acts of worship. It is suggested that researchers measure spiritual health of Iranian Muslim couples using tools which are appropriate to the characteristics of the Iranian-Islamic society and improve their spiritual health using interventions and training.

One of the limitations of the present study is not having access to all the texts. One of the strengths of this review is the use of authentic Sunni texts along with other prominent Shia texts, which adds to the richness of the contents of this article.

Acknowledgements

The authors appreciate officials of the library of Shahid Beheshti University of Medical Sciences.

Funding

According to the authors of the article, the Center for Religion and Health Studies of Shahid Beheshti University of Medical Sciences provided financial support for this research.

Conflict of interest

The authors reported no conflict of interest.

Authors' contribution

Editing and writing: first and third authors; Discussion and conclusion: third author; And background compilation: second author.

العوامل الممهّدة للصحة الروحية المؤثرة على العلاقات الروحية والسلوكية لدى الزوجين من منظور القرآن والروايات

مریم صف آرا^١ ID، عاطفة حیرت^٢ ID، محبوبة عبدالرحيمي^٣ ID

١- قسم علم النفس، مركز دراسات المرأة، جامعة الزهراء (س)، طهران، إيران.

٢- قسم علوم أهل البيت، كلية العلوم الدينية وعلوم أهل البيت، جامعة إصفهان، إصفهان، إيران.

٣- قسم تمريض الجراحة الداخلية، كلية التمريض والقبالة، جامعة الشهيد بحشتي للعلوم الطبية، طهران، إيران.

* المراسلات الموجهة إلى الدكتورة محبوبة عبدالرحيمي؛ البريد الإلكتروني: M-abdolrahimi@sbmu.ac.ir

الملخص

خلفية البحث وأهدافه: الصحة الروحية هي عبارة عن الشعور بالرضا، والأخلاق الحسنة، والعلاقات الاجتماعية الإيجابية مع القوة القدسية المطلقة، ومع الآخر، والذات في عملية حركية ومتناسقة. فتحقيق السلامة الاجتماعية والوصول إلى مجتمع سليم وناجح عبر ضمان الصحة الروحية للأسرة، من أهم أركان المجتمع. ولا يمكن تحقيق هذه الأهداف إلا من خلال الصحة الروحية. وعليه، تسعى هذه الدراسة لبحث العوامل الممهّدة للصحة الروحية لدى الزوجين المسلمين.

منهجية البحث: اعتمدت الدراسة منهج المراجعة الوصفية. فقد اعتمدت الدراسة لجمع المعطيات على الكلمات المفتاحية مثل الصحة الروحية، والنزعة الروحية، والزوجين، والزوجين والإسلام من مواقع موثوقة مثل جوجل سكولار، ونورمجز، وإس.آي.دي ومجيران في الفترة الزمنية الممتدة ما بين عامي ١٩٧٩ و ٢٠٢٠م. وبعد دراسة ٥٣ وثيقة، استخرج الباحثون العوامل الممهّدة للصحة الروحية في النصوص الإسلامية عبر منهج تحليل المضمون التعاقدية. يُذكر أن مؤلفي البحث لم يشيروا إلى أي تضارب في المصالح.

المعطيات: بناء على النتائج قام الباحثون بتقسيم ٤٧ شيفرة في ٦ مجموعات وهي (التأثير على العلاقات الروحية، والسلوكية، والعاطفية، والمعرفية، والجنسية، وبنية الأسرة). وفي الخطوة التالية تم تقديم المعطيات المتعلقة بالعوامل الممهّدة للصحة الروحية وعلاقتها بالعلاقات الروحية والسلوكية لدى الزوجين. وهذه العوامل الممهّدة للصحة الروحية في علاقات الزوجين تحتوي على عوامل مثل السعي لطاعة الله، والمشاركة في الطقوس الدينية التعبدية، وتعريف هدف الحياة والتعاون في التنمية والإزدهار. إنّ العوامل الممهّدة للصحة الروحية في العلاقات السلوكية بين الزوجين تشتمل على المرونة والتساهل، ودماثة الخلق وحُسن المعاشرة، والسلوك المسؤول، وكتمان السر وستر العيب، والاهتمام بالمظهر، والسيطرة على الغضب، والقول الحسن، والنزعة المشتركة، والكرم، وصلة الرحم.

الاستنتاج: اثبتت الدراسة أنّ الصحة الروحية لدى الزوجين من خلال تعريف وتحديد هدف ومعنى للحياة، والسلوك المرن، وقبول المسؤولية، والسيطرة على الغضب، ورعاية آداب العشرة والكرم، تفضي إلى التنمية وتطوير الذات في الجانب الدنيوي والأخروي لدى الزوجين.

معلومات المادة

الوصول: ٢٢ رجب ١٤٤٤

وصول النص النهائي: ٢٥ شوال ١٤٤٤

القبول: ١ محرم ١٤٤٥

النشر الإلكتروني: ١٤ ذى الحجة ١٤٤٥

الكلمات الرئيسية:

الإسلام

الصحة الروحية

القرآن

النزعة الروحية

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Safara M, Heyrat A, Abdolrahimi M. The Underlying Variables of Spiritual Health Affecting the Spiritual and Behavioral Relationships of Couples from the Perspective of Quran and Narrations. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2024;10(2):117-130. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i2.41205>

متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر بر روابط معنوی و رفتاری زوجین از دیدگاه قرآن و روایات

مریم صف‌آرا^۱، عاطفه حیرت^۲، محبوبه عبدالرحیمی^۳

۱- گروه روان‌شناسی، پژوهشکده زنان، دانشگاه الزهرا (س)، تهران، ایران

۲- گروه معارف اهل بیت، دانشکده الهیات و معارف اهل بیت، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

۳- گروه پرستاری داخلی جراحی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

*مکاتبات خطاب به دکتر محبوبه عبدالرحیمی؛ رایانامه: M-abdolrahimi@sbmu.ac.ir

اطلاعات مقاله

دریافت: ۲۴ بهمن ۱۴۰۱

دریافت متن نهایی: ۲۶ اردیبهشت ۱۴۰۲

پذیرش: ۲۸ تیر ۱۴۰۲

نشر الکترونیکی: ۱ تیر ۱۴۰۳

چکیده

سابقه و هدف: سلامت معنوی عبارت است از برخورداری از حس پذیرش، اخلاق و حس ارتباط متقابل مثبت با یک قدرت حاکم و برتر قدسی، دیگران و خود که طی فرایندی پویا و هماهنگ حاصل می‌شود. دستیابی به جامعه سالم و موفق از طریق تأمین سلامت معنوی خانواده که بنیادی‌ترین ساختار جامعه محسوب می‌شود، مقدور است. از این رو، مطالعه حاضر با هدف تعیین متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی در زوجین مسلمان انجام شده است.

روش کار: این مطالعه مروری از نوع توصیفی است. برای گردآوری داده‌ها با کلیدواژه‌های سلامت معنوی، معنویت، همسران، زوجین و اسلام در پایگاه‌های گوگل اسکولار، نورمگز، اس.آی.دی و مگیران در بازه زمانی سال‌های ۱۳۵۹ تا ۱۳۹۹ جست‌وجو شد. پس از بررسی ۵۳ مستند، متغیرهای زمینه‌ساز سلامتی معنوی در متون اسلامی با روش تحلیل محتوای قراردادی استخراج شد. مؤلفان مقاله تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

یافته‌ها: بر اساس نتایج، ۴۷ کد به دست آمده در شش زیرطبقه (مؤثر بر روابط معنوی، رفتاری، عاطفی، شناختی، جنسی و ساختار خانواده) دسته‌بندی شد. در این مقاله داده‌های مرتبط با متغیرهای زمینه‌ساز سلامتی معنوی در روابط معنوی و رفتاری زوجین ارائه شد. متغیرهای زمینه‌ساز سلامتی معنوی در روابط معنوی زوجین شامل تلاش در اطاعت خدا، مشارکت در اعمال عبادی، هدمندکردن زندگی و مساعدت در رشد و شکوفایی است. متغیرهای زمینه‌ساز سلامتی معنوی در روابط رفتاری زوجین شامل انعطاف‌پذیری و آسان‌گیربودن، خوش‌رویی و حسن معاشرت، رفتار مسئولانه، رازداری و پوشاندن عیوب، آراستگی، کنترل خشم، گفتار نیکو، وقت‌گذرانی مشترک، گشاده‌دستی و صلۀ رحم است.

نتیجه‌گیری: سلامت معنوی زوجین با ایجاد هدف و معنی در زندگی، انعطاف‌پذیری، مسئولیت‌پذیری، مدیریت خشونت، آداب معاشرت و گشاده‌دستی منجر به رشد دنیوی و اخروی زوجین می‌شود.

واژگان کلیدی:

اسلام

سلامت معنوی

قرآن

معنویت

استناد مقاله به این صورت است:

Safara M, Heyrat A, Abdolrahimi M. The Underlying Variables of Spiritual Health Affecting the Spiritual and Behavioral Relationships of Couples from the Perspective of Quran and Narrations. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2024;10(2):117-130. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v10i2.41205>

مقدمه

سلامت معنوی عبارت است از برخورداری از حس پذیرش، اخلاق و حس ارتباط متقابل مثبت با یک قدرت حاکم و برتر

مگیران در بازه زمانی سال‌های ۱۳۵۹ تا ۱۳۹۹ جست‌وجو شد. معیار انتخاب متون این بود که متون درباره سلامت معنوی زوجین باشد و به زبان فارسی و در بین سال‌های ۱۳۵۹ تا ۱۳۹۹ چاپ شده و متن کامل آنها در دسترس باشد. متونی که درباره روابط غیر ازدواج چاپ شده بود از مطالعه حذف شد. سپس، متن کامل متون واجد شرایط از طریق تحلیل محتوای قراردادی گرانه‌پیم و لاندمن^۱ که روش تحقیقی برای تفسیر ذهنی محتوای داده‌های متنی از طریق فرایندهای نظام‌مند کدبندی و طبقه‌بندی است، بررسی شد (۶). پس از بررسی ۵۳ مستند واجد شرایط، پژوهشگر سوم که در زمینه تحلیل محتوا تجربه داشت، متن کامل هر منبع را چند بار با دقت مطالعه کرد تا دریافتی کلی از آن متن در ذهن او شکل بگیرد؛ سپس پژوهشگر متن منبع را کلمه به کلمه مجدداً خواند تا واحدهای معنایی یعنی جمله یا جملاتی از متن مربوط که محتوا و زمینه یکسانی داشتند و در جهت هدف مطالعه (تعیین متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی در زوجین مسلمان) بودند برای او مشخص شوند. سپس جهت تسهیل در طبقه‌بندی داده‌ها، پژوهشگر تا جایی که محتوای اصلی واحدهای معنایی از بین نرود آنها را کوتاه و در قالب کد (نام‌گذاری توصیفی بخش‌های مختلف داده) خلاصه کرد.

برای اطمینان از پایایی کدگذاری‌های انجام‌شده از روش محاسبه پایایی توافق بین دو کدگذار استفاده شد و نویسنده اول که در زمینه تحلیل محتوا تجربه داشت، کدگذاری سه منبع را انجام داد و میزان توافق بین دو کدگذار در این روش ۷۹٪ به دست آمد که چون بالاتر از ۷۰٪ بود تأیید شد. سپس محقق مجدد با دقت به بررسی و مقایسه کدهای به‌دست‌آمده از داده‌ها پرداخت و کدها را بر اساس شباهت و تفاوت با همدیگر دسته‌بندی نمود و سپس این دسته‌بندی‌ها را در قالب زیرطبقات مختلف نام‌گذاری کرد. بدین‌صورت در این مطالعه زیرطبقات «متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر بر رابطه معنوی زوجین» و «متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر بر روابط رفتاری زوجین» استخراج شد.

نمونه‌ای از روند تحلیل محتوای قراردادی درباره کد «تلاش در تقوا و اطاعت خدا» که جزء زیرطبقه «متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر در رابطه معنوی زوجین» و بخشی از طبقه «سلامت معنوی زوجین» است در جدول شماره ۱ آورده شده است:

قدسی، دیگران و خود که طی فرایند پویا و هماهنگ شناختی، عاطفی، کنشی و پیامدی شخصی حاصل می‌شود (۱). سلامت معنوی که ابعاد ماورایی (درون‌گرا) و لایه‌های بیرونی دارد جامع، شامل و نظام‌واره، دارای مراتب و از امور اکتسابی و اختیاری است. سلامت معنوی از نظر قرآن سلامت روح در عرصه شناخت و باریافتن به قلمرو توحید و سلامت عرصه رفتار یعنی آراسته‌شدن روح به همه کمالات اخلاقی و پیراستن رفتار از همه زشتی‌ها و نقص‌ها است که انسان به حد نهایی «حی متألّه» برسد (۲). آیت‌الله جوادی آملی هم سلامت معنوی را برتر از سلامت جسمانی و در گرو دین عالمانه و علم متدینانه می‌داند. سلامت معنوی ارتباط هماهنگ و یکپارچه‌ای را بین نیروهای داخلی فراهم می‌کند و با ویژگی‌هایی نظیر احساس ارتباط نزدیک با خویشتن، خدا، جامعه و محیط مشخص می‌شود (۳). یکی از ارکان سلامت معنوی سلامت معنوی همسران است که در آن زوجین با تأثیرگذاری بر یکدیگر و تأثیرپذیری از هم و ارائه حمایت بین‌فردی، با ضابطه‌مند کردن الگوهای ارتباطی، علاوه بر حرکت در مسیر تعادل، کمال و قرب الی‌الله، موفقیت در ارکان دیگر سلامت معنوی خود را تسهیل می‌کنند. مطالعات نشان می‌دهد که سلامت معنوی با ارتقای عملکرد جسمانی، ارتقای سلامت روانی و عملکرد اجتماعی منجر به ثبات، تناسب و هماهنگی و ارتقای کیفیت زندگی زناشویی همسران می‌شود (۳-۱).

با در نظر گرفتن اینکه جامعه از واحدهای خانواده (که دارای روابط پیچیده و وابسته به همدیگر هستند) تشکیل شده، یک گام مهم برای ساختن جامعه‌ای موفق و سالم، مطالعه درباره متغیرهای زمینه‌ساز مفهوم سلامت معنوی است (۴، ۵). بنابراین، با توجه به اهمیت رکن سلامت معنوی همسران و اینکه این مفهوم در چارچوب ارزش‌ها، هنجارها و آموزه‌های دینی شکل می‌گیرد و در پژوهش‌های موجود کمتر به این موضوع پرداخته شده، مطالعه حاضر با هدف بررسی متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی در زوجین مسلمان که اساس خانواده و بیشتر جمعیت کشور ایران را تشکیل می‌دهند، انجام شده است.

روش کار

این مطالعه مروری از نوع توصیفی است. برای گردآوری داده‌ها با کلیدواژه‌های سلامت معنوی، معنویت، همسران، زوجین و اسلام در پایگاه‌های گوگل اسکولار، نورمگز، اس‌آی‌دی و

^۱ Granheim and Lundman

جدول (۱) روند تحلیل محتوای قراردادی دربارهٔ کد «تلاش در تقوا و اطاعت خدا»

واحد معنایی	کد	زیرطبقه	طبقه
مرد باید به‌عنوان نعمت بالارزش پروردگار به او احترام شایسته بگذارد و با او مدارا نماید.			
کسی که به‌دلیل دین و ایمان زنی با او ازدواج کند خداوند همهٔ دنیايش را برای او فراهم می‌کند.			
قرآن ناپاکان را هم‌سنخ ناپاکان و افراد طیب و پاک را هم‌سنخ پاکان و نیکان می‌داند (سورهٔ نور، آیهٔ ۲۶).			
خداوند چندین صفت را برای همسران شایسته برشمرده است: اسلام، ایمان، اطاعت، توبه، عبادت و اهل گناه نبودن (سورهٔ تحریم، آیهٔ ۵).			
خوشبختی زناشویی زمانی تحقق می‌یابد که زن و شوهر ارتباط خوبی با خداوند داشته باشند و برای معاد خود کار نیک انجام دهند و به احکام و دستورهای الهی پایبند باشند، نه اینکه مسائل زندگی آن قدر آنان را سرگرم کند که از یاد خداوند غافل شوند (سورهٔ منافقون، آیهٔ ۹).	تلاش در تقوا و اطاعت خدا	متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر در رابطهٔ معنوی زوجین	سلامت معنوی زوجین
رسول خدا فرمودند: «خود و خانواده‌تان را از آتش دوزخ حفظ کنید. خانواده‌تان را به آنچه خدا دوست دارد امرشان کنید و از آنچه خدا نمی‌پسندد، نهیشان نمایید.			
خداوند در قرآن برای کافران زن نوح و زن لوط را مثال آورد که تحت فرمان دو بندهٔ صالح بودند و به آنان خیانت کردند و آن دو (با وجود مقام نبوت) نتوانستند آنان را از قهر خدا برهاند و حکم شد آن دو زن را با دوزخیان در آتش افکنند (سورهٔ تحریم، آیات ۱۰ و ۱۱)			
اگر فردی در معصیت با همسر خود همراه شد به سرنوشت زوج جهنمی گرفتار خواهد شد. «دستان ابولهب بریده و هلاکت بر او باد... به زودی در آتش شعله‌ور درافتد. همسر او (برای توطئه علیه پیامبر) حمل‌کنندهٔ هیزم بود» (سورهٔ مسد، آیات ۱-۴).			

یافته‌ها

چهل‌وهفت کد به‌دست‌آمده بر اساس شباهت و تفاوت در شش زیرطبقهٔ مختلف (مؤثر بر روابط معنوی، مؤثر بر روابط رفتاری، مؤثر بر روابط عاطفی، مؤثر بر روابط شناختی، مؤثر بر روابط جنسی و مؤثر بر ساختار خانواده) دسته‌بندی شد. با توجه به محدودیت در گزارش نتایج، در این مقاله داده‌های مرتبط با متغیرهای زمینه‌ساز سلامتی معنوی در روابط معنوی و رفتاری زوجین در متون اسلامی ارائه شده است.

الف) متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر در رابطهٔ

معنوی زوجین:

متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر در رابطهٔ معنوی زوجین مسلمان ایرانی شامل تلاش در تقوا و اطاعت خدا، مشارکت در اعمال عبادی، هدفمندکردن زندگی و مساعدت در رشد و شکوفایی است.

۱) تلاش در تقوا و اطاعت خدا: بسیار مهم است که هر

کس ارزشمندی همسرش را بپذیرد و با دیدهٔ احترام با او برخورد کند. امام سجاد (ع) می‌فرماید: زن مایهٔ آرامش و انس است. مرد باید به‌عنوان نعمت بالارزش پروردگار به او احترام شایسته بگذارد و با او مدارا نماید (۷). معنویت حتی قبل از ازدواج نیز در انتخاب همسر تأثیرگذار است. پیامبر (ص) می‌فرماید: کسی که به‌خاطر دین و ایمان زنی با او ازدواج کند

خداوند همهٔ دنیايش را برای او فراهم می‌کند (۸). تناسبات روحی، معنوی و اخلاقی زوجین می‌تواند زمینه را برای رشد و تعالی معنوی آنان فراهم کند. قرآن ناپاکان را هم‌سنخ ناپاکان و افراد طیب و پاک را هم‌سنخ پاکان و نیکان می‌داند (سورهٔ نور، آیهٔ ۲۶). بر اساس آموزه‌های دینی، یکی از مهم‌ترین مسائلی که زمینهٔ آرامش و رضایت از زندگی زناشویی را فراهم می‌سازد پایبندی زوجین به دستورهای مذهبی است. خداوند در آیهٔ ۵ سورهٔ تحریم چندین صفت را برای همسران شایسته برشمرده است: اسلام، ایمان، اطاعت، توبه، عبادت و اهل گناه نبودن. در پرتو ایمان روابط عمیق عاطفی بین زوجین ایجاد می‌شود و آنان می‌توانند بر مشکلات مختلف زندگی فائق آیند و فرزندان خود را مطابق موازین و برنامه‌های دینی تربیت کنند. خوشبختی زناشویی زمانی تحقق می‌یابد که زن و شوهر ارتباط خوبی با خداوند داشته باشند و برای معاد خود کار نیک انجام دهند و به احکام و دستورهای الهی پایبند باشند، نه اینکه مسائل زندگی آن قدر آنان را سرگرم کند که از یاد خداوند غافل شوند (سورهٔ منافقون، آیهٔ ۹). وظیفهٔ زن و شوهر است که همدیگر را از معصیت خداوند برحذر دارند؛ زیرا پایبندبودن یا نبودن به دستورهای الهی زمینه را برای رضایتمندی یا نارضایتی از زندگی زناشویی فراهم می‌آورد. رسول خدا (ص) فرموده است: «خود و خانواده‌تان را از آتش دوزخ حفظ کنید. خانواده‌تان را به آنچه خدا دوست دارد

امرشان کنید و از آنچه خدا نمی‌پسندد، نهیشان نمایید (۹). البته چنانچه یکی از زوجین آگاهانه و با اختیار خود از پذیرفتن حق خودداری کند نباید تزلزلی در دیگری پدید آید؛ چنانکه خداوند در قرآن برای کافران، زن نوح و زن لوط را مثال آورده است که تحت فرمان دو بنده صالح بودند و به آنان خیانت کردند و آن دو (با وجود مقام نبوت) نتوانستند آنان را از قهر خدا برهانند و حکم شد آن دو زن را با دوزخیان در آتش افکنند (سوره تحریم، آیات ۱۰ و ۱۱). همچنین در قرآن آمده است: اگر فردی در معصیت با همسر خود همراه شد به سرنوشت زوج جهنمی گرفتار خواهد شد. «دستان ابولهب بریده و هلاکت بر او باد... به‌زودی در آتش شعله‌ور درافتد. همسر او (برای توطئه علیه پیامبر) حمل‌کنندهٔ هیزم بود» (سوره مسد، آیات ۱-۴).

۲) مشارکت در اعمال عبادی: به بیان حضرت علی (ع) هر کس رابطهٔ بین خود را با خدا اصلاح کند، خدا رابطهٔ بین او و مردم را اصلاح فرماید و هر کس کار آن جهان خود را به اصلاح آورد خدا کار این جهان او را اصلاح کند (۱۰). از ویژگی‌های بارز زندگی مشترک ائمهٔ اطهار ایجاد شرایط لازم برای رشد و تعالی معنوی یکدیگر بوده است. امام علی (ع) فرموده است: فاطمه را بهترین یاور خود بر اطاعت پروردگار یافتم (۷). همچنین، حضرت رسول (ص) در آغاز رسالت، پس از یادگیری وضو از جبرئیل به منزل خدیجه رفت و خدیجه اسلام آورد، پس کسی جز پیامبر و علی و خدیجه نماز نمی‌خواند (۷). پس همراهی معنوی همسر پیامبر نیز در همه جای زندگی ایشان مشهود است. زوجین نیز باید به تأسی از آن بزرگواران با نگرش کسب رضای الهی در عبادات همراه و مشوق یکدیگر باشند. پیامبر اکرم (ص) فرموده است: رحمت خدا شامل حال مردی باد که نیمه‌شب برخاسته و نماز شب بخواند. سپس همسر خود را بیدار نماید و او نیز نماز شب بخواند و اگر زن از خواب بیدار نشد، چند قطره آب بر صورت او بریزد تا برای عبادت برخیزد (۱۱). همچنین: «کسی که چهار ویژگی در او باشد، خیر دنیا و آخرت به او داده شده و رستگار و سعادت‌مند شود. یکی از آنان زن درستکاری است که در کار دنیا و آخرت شوهرش را یاری کند» (۱۲).

اسلام از طرفی بر حفظ و تقویت روابط عاطفی بین اعضای خانواده و همدلی و مدارای بین آنان تأکید ویژه دارد. پیغمبر (ص) فرموده است: زن باید در سود و زیان و آسایش و سختی شوهرش صبور و همراه باشد چنانکه همسر ایوب هجده سال از سر دلسوزی و نیکی برای خدا و تقرب‌جستن به خداوند

ایوب را در پارچه‌ای در پشت خود حمل می‌نمود (۱۳). امام صادق (ع) می‌فرماید: اگر در میان اعضای یک خانواده رفق و مدارا نباشد، خیر از آن خانواده دور می‌شود (۱۴). مردی به رسول خدا گفت: همسری دارم که هرگاه وارد خانه می‌شوم به استقبال می‌آید و چون از خانه بیرون می‌روم بدرقه‌ام می‌کند و زمانی که مرا اندوهگین می‌بیند می‌گوید: اگر برای رزق و مخارج زندگی غصه می‌خوری، بدان که خداوند آن را به عهده گرفته است و اگر برای آخرت خود غصه می‌خوری، خدا اندوهت را زیاد کند (تا بیشتر به فکر آخرت باشی). رسول خدا به او فرمود: این زن یکی از کارگزاران خدا بر روی زمین و پاداش او برابر با نیمی از پاداش شهید است (۸). اما نباید عواطف در میان اعضای خانواده موجب شود که بر کجروی‌ها و انحرافات یکدیگر سرپوش بگذارند و در اصلاح یکدیگر کوتاهی نمایند. به همین دلیل، پیامبر اکرم فرموده است: «مهربانی‌ات نسبت به همسر و فرزندان موجب داخل‌شدن در گناهان و محرّمات نشود» (۷).

۳) هدفمندکردن زندگی: از نمونه‌های دیگر سبک زندگی اسلامی در بُعد تعالی معنوی، هدفمندکردن زندگی و معناداری آن است. قرآن از انسان می‌خواهد که برای معنابخشیدن به زندگی بینش خود را دربارهٔ جهان هستی، دنیا، حقیقت انسان، تاریخ انسان، مرگ و زندگی پس از آن تصحیح و تقویت کند^۱. خداوند در آیهٔ ۴۶ سوره کهف می‌فرماید: دارایی و فرزندان زیورهای زندگی دنیا هستند و کردارهای نیک، که همواره باقی می‌ماند، نزد پروردگارت بهتر و امیدبستن به آنها نیکوتر است (۱۵). قرآن کریم یکی از ویژگی‌های بندگان خاص خدا را داشتن اهداف عالی در زندگی معرفی می‌کند. در آیهٔ ۷۴ سوره فرقان آمده است: «آنهایی که می‌گویند خدایا ما را از همسرانمان نور چشم ببخش و ما را رهبر پرهیزکاران گردان» (۷). همچنین رسول اکرم می‌فرماید: برای دنیای خود چنان کار کن که گویی تا ابد زنده‌ای و برای آخرت چنان کار کن که گویی همین فردا خواهی مُرد (۱۵). در آیهٔ ۲۱۶ سوره بقره آمده است: «شما به باطن و حکمت امور علم ندارید. بسا چیزی را خوش نمی‌دارید و آن برای شما خوب است و بسا چیزی را دوست می‌دارید و آن برای شما بد است و خدا می‌داند و شما نمی‌دانید» (۱۰). در آیهٔ ۱۵۴ سوره آل عمران آمده است: «این سختی‌ها و مشکلات» برای این است که خداوند آنچه در سینه‌هایتان پنهان دارید، بیازماید و

^۱ سوره آل عمران، آیه ۱۹۱؛ سوره منافقون، آیه ۹؛ سوره بقره، آیه ۱۵۵؛ سوره فاطر، آیه ۱۵ و سوره عنکبوت، آیه ۶۴

آسان‌گیر بودن، خوش‌رویی و حسن معاشرت، رفتار مسئولانه، رازداری و پوشاندن عیوب، آراستگی، کنترل خشم و پرخاشگر نبودن، گفتار نیکو، وقت‌گذرانی مشترک، گشاده‌دستی و صلۀ رحم است.

(۱) انعطاف‌پذیری و آسان‌گیر بودن: انعطاف‌پذیری و آسان‌گیر بودن از مهم‌ترین صفات سلامت معنوی است و در برابر تکبر و خودبزرگ‌بینی قرار دارد. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: نرم‌خویی کلید کامیابی است و زشت‌ترین اخلاق‌ها تکبر است (۱۷). کسی که تکبر دارد نمی‌تواند چیزی یاد بگیرد (قدرت فراگیری‌اش کم می‌شود) (۱۸). فخرفروشی نیز مانند کبر از رذائل اخلاقی است که مانع از صمیمیت در فضای خانواده و جامعه می‌شود. پیامبر (ص) فرموده است: «هرکس با مال حلال با زنی ازدواج نماید ولی قصدش آن باشد که به زن خود فخر بفروشد و ریا نماید، خداوند خواری را نصیب او خواهد کرد» (۱۷).

(۲) خوش‌رویی و حسن معاشرت: یک اصل مهم در زندگی خوش‌رویی و حسن معاشرت زناشویی است. قرآن کریم بر معاشرت پسندیده با همسران تأکید نموده است: «با زنان خود با نیکی زندگی کنید حتی اگر آنها را دوست نداشتید، چه بسا چیزی را دوست نداشته باشید و خداوند خیر کثیری را در آن نهفته باشد» (سورۀ نساء، آیه ۱۹). همچنین واژه معروف ۳۸ بار در قرآن آمده که ۱۹ بار آن توصیه به مردان در رعایت تعادل رفتاری در برقراری روابط انسانی و اخلاقی با همسر است. امام صادق (ع) می‌فرماید: مرد در ارتباط با همسر و خانواده خود به سه ویژگی نیاز دارد که عبارت است از: خوش‌رفتاری در معاشرت و گشاده‌دستی برنامه‌ریزی شده و غیرت بر حفاظت از آنها (۷). رسول اکرم (ص) می‌فرماید: بهترین مردان امت من کسانی هستند که نسبت به خانواده خود خشن نباشند و اهانت نکنند و دلسوزشان باشند و به آنان ظلم نکنند (۱۹). همچنین بهترین زنان کسانی‌اند که نگاه کردن به آنها مایه خوشحالی شما باشد و اگر از آنها چیزی خواستید، اطاعت کنند و خود و مال شوهر را در نبودن او خوب نگه دارند (۱۴). امام صادق (ع) می‌فرماید: خداوند رحمت کند بنده‌ای را که رابطه بین خود و خانواده‌اش را نیکو گرداند. هر خانواده‌ای که با همدیگر با رفق و مدارا برخورد کنند، خداوند به رزق و روزی آنان وسعت می‌بخشد (۸).

(۳) رفتار مسئولانه: در سرتاسر آیات قرآن انسان موجودی مختار و مسئول معرفی شده است: گوش و چشم و دل همگی بازخواست می‌شوند (سورۀ اسراء، آیه ۳۶). همچنین در قرآن

آنچه در دل‌های شما است خالص گرداند (۱۵). تمام عناصر موجود در جهان حتی حوادث و رخدادهای درونی یا بیرونی هم دارای ظاهر و عمق هستند. برخی از مواقع اتفاقاتی رخ می‌دهد که از آن به شر یاد می‌شود مانند بیماری، شکست و نرسیدن به هدف؛ که ممکن است خیری در آن نهفته باشد. حضرت علی (ع) می‌فرماید: هر که برای دنیا اندوه خورد از قضای الهی ناخشنود است (۱۰). بنابراین، مؤمنان باید بدانند که تدبیر امور به دست خدا است و نتیجه زحمات خود را در آخرت خواهند دید. رسول خدا به فرزندش فاطمه فرموده است: دخترم؛ مشکلات دنیا را به یاد شیرینی و سعادت بهشت بر خود گوارا ساز (۷).

(۴) مساعدت در رشد و شکوفایی: فرایند ازدواج و تشکیل خانواده موجب می‌شود انسان تکامل پیدا کند و ارزش اعمال وی زیاده‌تر شود. امام صادق (ع) فرموده است: دو رکعت نماز شخص متأهل برتر از ۷۰ رکعت نماز فرد مجرد است (۱۴). پیامبر اکرم (ص) فرموده است: شخص متأهل هر چند در خواب و استراحت باشد، نزد خداوند بافضیلت‌تر از شخص روزه‌دار و شب‌زنده‌داری است که مجرد زندگی می‌کند (۷).

از آثار سبک زندگی اسلامی تلاش همسران برای رشد همدیگر است. رسول اکرم (ص) می‌فرماید: هر زنی که در حج و جهاد و دانش‌اندوزی به شوهرش کمک کند، خداوند آن پاداشی را که به زن حضرت ایوب داده است، به او می‌دهد (۸). زن شایسته یکی از دو عامل پیشرفت خانواده است (۷). در دین مقدس اسلام تأکید فراوانی بر تحصیل علم شده است. امام صادق (ع) می‌فرماید: مؤمن همواره خانواده خود را از دانش و ادب شایسته بهره‌مند می‌سازد تا همه آنان را وارد بهشت کند (۱۳). امام علی (ع) می‌فرماید: ای مردم بدانید که دین هنگامی کامل و درست است که علم بیاموزید و علم خود را به کار بندید. آگاه باشید تحصیل علم واجب‌تر از تحصیل مال است (۱۴). تحصیل علم برای تمام مردان و زنان مسلمان واجب است (۷). رسول اکرم (ص) می‌فرماید: «هرگاه خداوند برای خانواده‌ای خیر بخواهد آنان را در دین دانا می‌کند و آنان را به عیویشان آگاه می‌سازد تا آن را برطرف کنند» (۱۶).

(ب) متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر در رابطه رفتاری زوجین

منظور از متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی رفتار و الگوی تعاملی زوجین است که به دلیل ارتباط تنگاتنگ و طولانی مدت آنان اهمیت زیادی دارد (۵). متغیرهای زمینه‌ساز سلامت معنوی مؤثر در رابطه رفتاری زوجین شامل انعطاف‌پذیری و

همسرانشان به زنی دیگر گرایش نیابد. روایت شده است که پیامبر اکرم (ص) به آینه یا آب نگاه می‌کرد و با ظاهری آراسته با مردم مواجه می‌شد و می‌فرمود: بهترین زنان مسلمان زنی است که خود را برای شوهرش آرایش و زینت کند و زیبایی خود را از غیر شوهرش پنهان دارد (۱۳). امام باقر (ع) می‌فرماید: همان‌گونه که مردان دوست دارند زینت و آرایش را در زانانشان ببینند، زنان نیز دوست دارند زینت و آرایش را در مردانشان ببینند (۸).

۶) کنترل خشم و پرخاشگر نبودن: خشم یکی از نیرومندترین واکنش‌های هیجانی است که در افراد مختلف علت و نحوه ایجاد آن کاملاً متفاوت است. پیامبر خدا می‌فرماید: بهترین مردان امت من آن کسانی هستند که نسبت به خانواده خود خشن و متکبر نباشند و بر آنان ترحم و نوازش کنند و به آنان آزار نرسانند (۱۹). امام صادق (ع) می‌فرماید: هر زنی به شوهرش بگوید: من از تو هرگز خیری ندیدم (ثواب) کارش از بین می‌رود (۸). پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: من زنی را که از خانه خود دامن‌کشان برای شکایت از شوهرش بیرون شود، دشمن می‌دارم (۱۶). پرتوان‌ترین شما کسی است که به‌هنگام غضب نفس خود را کنترل کند (۷). پیامبر (ص) می‌فرماید: هر کس به صورت زنش سیلی بزند، خداوند به آتش‌باز جهنم دستور می‌دهد تا در آتش جهنم ۷۰ سیلی بر صورت او بزند (۱۳). زوجین با فراگیری فنون کنترل خشم و تمرین مداوم می‌توانند آرامش را جایگزین عصبانیت خود نمایند. در آیه ۱۳۴ سوره آل عمران مراحل کنترل خشم به شرح زیر آورده شده است: مرحله اول فروبردن خشم یا کظم غیظ، مرحله دوم عفو و بخشش و مرحله سوم احسان یا نیکی کردن به فرد خاطی که اوج بلوغ عقلانی و عاطفی انسان است. از روش‌های مهم کنترل خشم تغییر وضعیت و سکوت است. امام باقر (ع) می‌فرماید: هر مردی که بر قومی غضب کند درحالی‌که ایستاده است به‌سرعت بنشیند. نشستن رجز شیطان را از او دور می‌کند. هرگاه بر خویشاوندی غضب کند پس به آن خویشاوند نزدیک شود و او را لمس کند تا غضب را فرونشاند (۸). پیامبر (ص) می‌فرماید: هرگاه غضب کردی سکوت کن (۷). با صبر و وانمودکردن به بردباری می‌توان خشم را مدیریت کرد. هر مردی که به خاطر خدا و به امید پاداش او در برابر بداخلاقی همسرش صبر کند و آن را به حساب خدا گذارد، خداوند متعال برای هر روز و شبی که شکیبایی می‌ورزد ثواب دهد (۱۷). امام صادق (ع) می‌فرماید: اگر حلیم نیستی خود را به این صفت وادار کن (۱۴). افراد

آمده است: کارنامه هر انسانی را به گردن او بسته‌ایم و روز قیامت برای او نامه‌ای که آن را گشاده می‌بیند بیرون می‌آوریم. نامه‌ات را بخوان؛ کافی است که امروز خودت حسابر س خود باشی (سوره اسراء، آیات ۱۳ و ۱۴). پیامبر اکرم می‌فرماید: «کسی که بار زندگی خود را بر دوش مردم بیندازد مورد لعن است» (۷). در روایت آمده است: مرد سرپرست خانواده است و درباره آنان از او سؤال می‌شود. زن سرپرست خانه شوهرش و فرزندان است و درباره آنان از وی سؤال می‌شود (۲۰). امام رضا (ع) می‌فرماید: کسی که از راه حلال برای تأمین رفاه خانواده‌اش تلاش می‌کند، همچون مجاهدی است که در راه خدا جهاد می‌کند (۷). همچنین پیامبر اکرم (ص) فرموده‌اند: ای زنان هر یک از شما با اشتغال در خانه خویش (اگر خدا خواهد) ثواب مجاهدان خواهد یافت (۱۶).

۴) رازداری و پوشاندن عیوب: اصولاً کم‌حرفی و گزیده‌گویی آثار مثبتی دارد که یکی از آنها رازداری است. حتی صحبت معمولی دیگران را هم نباید بی‌احتیاط نقل کرد؛ زیرا حالت امانت دارد. هر انسانی در زندگی خویش اسراری دارد که باید در نگهداری آن جهت حفظ حریم خانواده کوشا باشد. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: «راز تو اسیر توست، اگر آشکارش ساختی تو اسیر آن شده‌ای» (۱۸). امام صادق (ع) می‌فرماید: «مجلس‌ها امانت است و جایز نیست سخن کسی را که می‌خواهد پوشیده بماند برای دیگران نقل کنند مگر با اجازه او یا برای فرد مورد اطمینان یا برای ذکر خیر او» (۸). یکی از وظایف زوجین حفظ آبرو و پوشاندن عیوب و فاش نکردن اسرار یکدیگر است. قرآن کریم در این باره اشاره ظریفی دارد: زنان لباس شما را نیز لباس آنها بپوشید (سوره بقره، آیه ۱۸۷). یکی از سبک‌های غلط ارتباطی عیب‌جویی است که تعاملات افراد به‌ویژه زوجین را تیره می‌کند و در سبک زندگی اسلامی به‌شدت نهی شده است. قرآن فریاد برمی‌آورد که وای بر هر غیبت‌کننده عیب‌جو (سوره همزه، آیه ۱).

۵) آراستگی: آیات و روایات فراوانی بر اهمیت زیبایی و آراستگی زنان و شوهران برای یکدیگر در محیط خانه و خانواده تأکید کرده‌اند؛ در حدیثی از قول پیامبر (ص) چنین آمده است: خداوند متعال شخص آلوده و ژولیده را دشمن می‌دارد (۲۱). امام صادق (ع) نیز می‌فرماید: خداوند زیبایی و آراستگی را دوست دارد (۷). از آنجاکه عواطف و احساسات بیشتر مردان با مشاهده و دیدن برانگیخته می‌شود، به زنان بیشتر توصیه می‌شود به خود رسیدگی کنند تا

ائمه معصومین تأکید کرده است. چنانکه احسان به والدین در کنار پرستش و عبادت خدا تذکر داده شده است (سوره نساء، آیه ۳۶؛ و سوره انعام، آیه ۱۵۱) (۷). همچنین در آیات ۲۳ و ۲۴ سوره اسراء آمده است: هرگاه والدین نزد تو به سن پیری رسند، کمترین اهانتی به آنها روا مدار؛ و بر آنها فریاد مزن؛ و گفتار لطیف و سنجیده و بزرگووارانه به آنها بگو و پر و بال تواضع خویش را از روی محبت و لطف در برابر آنان فرود آر و بگو: پروردگارا! همان‌گونه که آنها مرا در کودکی تربیت کردند، مشمول رحمتشان قرار ده (۱۰). رسول خدا هم می‌فرماید: نگاه دوستانه به پدر و مادر عبادت است (۷). همچنین خداوند می‌فرماید: ای مردم درباره ارحام کوتاهی نکنید، که خدا مراقب اعمال شماست (سوره نساء، آیه ۱) (۱۴). (ای رسول ما) تو خود حقوق خویشاوندان و ارحام خود را ادا کن و هرگز اسراف روا مدار (سوره اسراء، آیه ۲۶) (۱۳).

امیرالمؤمنین علی (ع) درباره حمایت اجتماعی خویشاوندان می‌فرماید: انسان هر قدر ثروتمند باشد از خویشاوندان خود بی‌نیاز نیست. خویشاوندان انسان بزرگ‌ترین گروهی هستند که از او حمایت می‌کنند و اضطراب و ناراحتی او را می‌زدایند (۱۰). همچنین امام باقر (ع) می‌فرماید: ارتباط با خویشاوندان موجب پاکی اعمال، رشد اموال، دفع بلاها، حسابرسی آسان و طول عمر می‌شود (۱۴). رسول اکرم (ص) می‌فرماید: هرگاه خدا به یکی از شما خیری عطا کرد، ابتدا خود و خانواده‌اش را از آن بهره‌مند سازد (۲۳). از سوی دیگر باید توجه داشت که بی‌توجهی و نارضایتی خویشاوندان به‌ویژه والدین آثار زینباری در زندگی فرد خواهد داشت. امام هادی (ع) می‌فرماید: نارضایتی والدین کم‌توانی را به دنبال دارد و آدمی را به ذلت می‌کشاند (۱۳). پیامبر خدا می‌فرماید: با اینکه بوی بهشت از مسافت هزار سال به مشام می‌رسد، عاق والدین و کسی که قطع رحم کند آن بو را احساس نخواهد کرد (۷).

بحث و نتیجه‌گیری

ارزش‌ها و عملکرد زوجین در زمینه تقوا و اهداف زندگی (۳) و همکاری آنان در زمینه عبادت و تکامل معنوی (۴) علاوه بر اینکه منجر به ایجاد احساس پیوند و نزدیکی عمیق بین همسران می‌شود، زیربنایی برای شکل‌دهی سبک زندگی معنوی است و موجب می‌شود تا فرد مسلمان نسبت به پرورش معنویت در خود و نزدیکانش مسئولیت و نقشی ویژه داشته باشد (۳). بر اساس آموزه‌های دینی، آن زندگی‌ای شیرین و گوارا است که معنویت در آن رشد یابد و زندگی رنگ خدایی

صورت عزت نفس بالایی دارند و از توهین به‌راحتی خشمگین نمی‌شوند؛ چون بر لغو بگذرند با بزرگواری می‌گذرند (سوره فرقان، آیه ۷۲).

(۷) گفتار نیکو: قرآن توصیه می‌کند در سخن‌گفتن با یکدیگر از قول عدل (سوره انعام، آیه ۵۲)، قول حسن (سوره بقره، آیه ۸۳)، قول لین (سوره طه، آیه ۴۴)، قول میسور (سوره اسراء، آیه ۲۸) و قول احسن (سوره فصلت، آیه ۳۳) استفاده نمایید. امام علی (ع) می‌فرماید: با مخاطب خود مؤدب سخن بگویید تا او نیز به شما با احترام جواب دهد. بیندیشید، آنگاه سخن بگویید. بهترین حرف، حرف راست است (۱۸). همچنین: سخن را درباره آنچه نمی‌شناسی، واگذار و زبانت را به گفتار نرم بگردان و سلام را هدیه کن تا دوستدارانت زیاد و دشمنانت کم شوند (۸). امام علی (ع) درباره مهارت‌های خوب گوش دادن و درک طرف مقابل می‌فرماید: شیوه صحیح خوب گوش دادن یکی از مهم‌ترین عوامل ایجاد یک گفت‌وگوی حسنه است. نباید بدون سنجیدن موقعیت‌ها برای سخن با همسر سخن بگویی (۱۸).

(۸) وقت‌گذرانی مشترک: برای زن و شوهر اختصاص دادن زمانی مختص یکدیگر که عاری از هر گونه دغدغه و نگرانی باشد ضروری است. پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: خداوند نشستن مرد را در کنار همسرش از اعتکاف در مسجدالنبی بیشتر دوست دارد (۱۷). همچنین: هر نوع تفریح و سرگرمی برای مؤمن شایسته نیست مگر در سه چیز که یکی از آنها اوقاتی است که با همسرش می‌گذراند؛ چنین تفریحات و سرگرمی‌هایی حق‌اند (۱۴).

(۹) گشاده‌دستی: پیامبر درباره گشاده‌دستی می‌فرماید: پروردگار مرا به سخاوت و نیکی فرمان داد و از بخل و سختگیری بازداشت (۱۹). هر کس با خانواده و همسایگانش گشاده‌دستی کند خداوند در دنیای او گشایش قرار می‌دهد و هر کس سختگیری کند، خداوند قبرش را بر او تنگ می‌گرداند (۲۱). قرآن کریم نیز درباره رعایت اعتدال فرموده است: بندگان خاص خدا کسانی هستند که هرگاه هزینه کنند نه زیاده‌روی می‌کنند و نه تنگ می‌گیرند و میان این دو حد وسط را برمی‌گزینند (سوره فرقان، آیه ۶۷). امام صادق (ع) نیز می‌فرماید: حریص از قناعت محروم است و در نتیجه آسایش را از دست می‌دهد، از راضی بودن محروم است، در نتیجه یقین را از دست می‌دهد (۲۲).

(۱۰) صله رحم: اسلام بر احترام به والدین، سرپرستی و نگهداری بزرگسالان و تأمین آنان در قرآن کریم و احادیث

به خود گیرد (۲).

از مواردی که در سبک زندگی اسلامی بر آن تأکید می‌شود این است که هرکس همسرش را نعمت خداوند بداند و باور کند که خداوند آن دو را برای یکدیگر خلق کرده است تا در سایه روابط عاطفی به آرامش مطلوب دست یابند (۷). تناسب زوجین از نظر مذهبی نیز بسیار بااهمیت است (۸). این مسئله سبب همراهی همسران در امور معنوی می‌شود. زن و شوهری که خواستار روابط خوب و عاطفی بین خود هستند باید روابط خود را با خداوند اصلاح کنند تا خداوند نیز روابط آنان را اصلاح کند (۱۰).

انسان مؤمن درباره معناداری زندگی می‌داند که یکی از سنت‌های خداوند امتحان است که همه انسان‌ها با آن روبه‌رو می‌شوند (سوره آل عمران، آیه ۱۵۴) (۱۵). جهان‌بینی الهی افزایش تحمل انسان در مقابل مشکلات زندگی مشترک را به همراه دارد (۱۰). پس زوجین باید تلاش کنند جهت کلی زندگی خود را در مسیر رضایت الهی تنظیم کنند؛ ولی چنانچه تلاش آنان نتیجه دلخواه را نداشته باشد به حکمت الهی اعتماد کنند (۷). در سبک زندگی اسلامی توجه به مبدأ و معاد و تذکر گذرگاه بودن زندگی موجب معناداری و آرامش و امیدواری به آینده می‌شود و هدف از زندگی تلاش برای درک محبوب و لقاءالله می‌شود. ازاین‌رو سختی‌ها ابزاری برای رسیدن به آینده‌ای روشن است. چنانکه قرآن کریم فرموده است با هر رنجی آسانی است (سوره انشراح، آیه ۶) (۱۰). صبر و شکیبایی در برابر سختی‌ها نشان‌دهنده تعالی معنوی انسان است. انسان صابر سختی‌ها را ابزاری برای خروج توانمندی‌ها از قوه به فعلیت می‌بیند و با این شیوه توان و تعقل و خردش فزونی می‌یابد و استعدادهای نهفته‌اش آشکار می‌شود (سوره بقره، آیه ۱۵۵) (۷).

ازدواج ارزش وجودی انسان را بالا می‌برد و انسان را در مسیر صحیح ثابت‌قدم‌تر و از انحرافات دورتر می‌کند و به تبع با رشد شخص، عمل زوج هم‌بالرزش‌تر می‌شود (۱۴). همچنین، دین مقدس اسلام تحصیل علم را یکی از ضروری‌ترین امور زندگی و سبب شکوفایی و تعالی فکری و اخلاقی همسران معرفی کرده است (۱۳). البته روشن است که کسب هر گونه علمی ضرورت ندارد، بلکه علمی انسان را به سعادت نهایی و رستگاری می‌رساند که همراه با ایمان، تقوا، تزکیه و بصیرت باشد؛ اما علم و دانشی که رنگ و جهت خدایی نداشته باشد؛ میان‌تهی و به زیان سعادت دنیوی و اخروی انسان است (۱۶). الگوی رابطه رفتاری زوجین به شکل زنجیره حلقوی است

و رفتار هر یک از آنان (به‌عنوان یک محرک) بر رفتار زوج دیگر (پاسخ) تأثیرگذار است. بنابراین، رابطه رفتاری زوجین تکرارشونده و قابل پیش‌بینی است. زوجین با انعطاف‌پذیری، خوش‌رویی، احساس مسئولیت، رازداری، آراستگی، کنترل خشم، همراهی، گشاده‌دستی و صلّه رحم علاوه بر ایجاد الگوی رفتاری مناسب، می‌توانند به ایجاد و ارتقای سلامت معنوی در خانواده و جامعه کمک کنند (۱-۳). فرد باید همسرش را در ارتباط با خدا و مخلوق او ببیند و قدسیتی که در ارتباط با خدا وجود دارد بر رابطه آنان سایه بیندازد و از بدرفتاری با همسر که به گفته امام علی (ع) دشمنی با خداوند است دوری کند و در جهت حفظ تعادل زندگی خانوادگی تلاش کند (۴).

در دین مقدس اسلام زوجین به دوری از تکبر و فخرفروشی توصیه شده‌اند. زن و شوهر باید در برابر یکدیگر متواضع و انعطاف‌پذیر باشند و حتی اگر از لحاظ اقتصادی یا فرهنگی با یکدیگر تفاوت دارند، از کبر و خودنمایی و تحقیر طرف مقابل بپرهیزند و صفات و ویژگی‌های مثبت او را متذکر شوند. در این صورت صفا و صمیمیت بیشتری بین خود احساس می‌کنند که منجر به سازگاری بیشتر می‌شود (۱۷). همچنین معاشرت نیکو موجب می‌شود زن و شوهر اعتماد یکدیگر را جلب کنند و رفتاری که مخالف آن است انجام ندهند. تندخویی و بدخلقی علاوه بر آثار اخروی، تأثیرات منفی بر زندگی دنیوی افراد می‌گذارد و موجب پراکندگی و تنفر می‌شود و زمینه تشنج و درگیری را در خانواده فراهم خواهد کرد. قرآن و احادیث علاوه بر اینکه به لزوم ارتباط سازنده زوجین تأکید می‌کنند می‌فرمایند چنانچه نمی‌توانید با یکدیگر سازگاری داشته باشید روا نیست که زنان را آزار دهید بلکه به نیکویی از آنان جدا شوید (سوره بقره، آیه ۲۳۱) (۷).

یکی از مهم‌ترین مسائل اخلاقی ایجاد و پرورش روحیه مسئولیت‌پذیری به‌ویژه در خانواده است تا اگر فرد انجام کاری را قبول کرد نسبت به آن متعهد باشد و اگر در مناسبات اجتماعی به‌خصوص در خانواده خطایی از او سر زد، اشتباه خود را بپذیرد و دیگران را مقصر قلمداد نکند (سوره اسراء، آیات ۱۳ و ۱۴ و آیه ۳۶). زن و شوهر با یکدیگر بار مسئولیت زندگی را به دوش می‌کشند. سپردن مسئولیت به فرد، به پرورش شخصیت او کمک می‌کند؛ زیرا انسان زمانی که مسئولیت منحصر به خودش را درک می‌کند، احساس استقلال می‌کند. زوجین علاوه بر مسئولیت‌های شخصی (در قبال نعمت‌های خداوند و کارهای نیک و بد خود) نسبت به خانواده و جامعه نیز مسئولیت‌هایی دارند که اول باید نسبت

طلاق به حساب می‌آید. مدیریت خشم، صبر، تفکر عاقلانه و عاقبت‌اندیشی به کاهش احساسات هیجانی و برانگیختگی جسمانی ناشی از خشم و سایر پیامدهای مخرب آن کمک می‌کند (۱۷).

همسران نیاز به ارتباط کلامی نیکو و پسندیده‌ای با یکدیگر دارند؛ زیرا علاوه بر ابراز نیازها و خواسته‌ها در رشد عاطفی و تحکیم پیوند آنان مؤثر است. نیکوترین گفتار کلامی است که برای همه مردم، از خواص و عوام، قابل فهم باشد (۱۸). در صحبت‌کردن نوع بیان بسیار مهم است و اگر افراد روش گفت‌وگوی شفاف و قابل فهم بودن را نمی‌دانند، باید آن را یاد بگیرند. بنابراین، برای یک ارتباط کلامی موفق همه افراد به‌ویژه زوجین باید خوب گفتن و خوب شنیدن را به‌طور مداوم تمرین کنند تا بتوانند به مهارت همدلی و درک طرف مقابل دست پیدا کنند. همسران باید با توجه به شرایط مکانی و زمانی و موقعیت‌های روانی همسر، وقت مناسبی برای گفت‌وگو با او در نظر بگیرند و هنگام گفت‌وگو به‌طور کامل و دقیق به گفته‌های یکدیگر گوش فرادهند (۴).

زوجین در تمام دوران زندگی مشترک نیاز دارند به‌صورت روزانه یا دست‌کم هفتگی اوقاتی را به یکدیگر اختصاص دهند و به دور از مسائل زندگی و حتی فرزندان فعالیت مشترکی انجام دهند؛ دربارهٔ دغدغه‌ها و نگرانی‌ها یا علایق و تمایلات خود با یکدیگر صحبت کنند؛ خاطرات خوش را یادآوری و در صورت امکان تکرار کنند؛ از مسائل جاری، مشکلات و موفقیت‌های یکدیگر باخبر شوند و با یکدیگر همفکری و مشورت نمایند؛ پیشرفت‌های دیگری را هر چند اندک باشد در هر زمینه‌ای (کار، تحصیل، فعالیت اقتصادی و رشد اخلاقی) تحسین و یکدیگر را تشویق کنند و به‌طور کلی به نیازهای روحی و عاطفی یکدیگر پاسخ دهند (۱).

رفاه و سخت‌گیری نکردن از دیگر مواردی است که در سبک زندگی اسلامی به آن اشاره شده است؛ اما باید توجه داشت که ضمن اینکه تلاش برای رفاه خانواده سفارش شده است، قناعت و دوری از اسراف نیز تذکر داده شده و در هر حال به اعتدال توصیه شده است (۱۹).

دربارهٔ ارتباط با خویشاوندان (صلهٔ رحم) و حفظ خانواده‌های گسترده دستورهایی مؤکدی از ائمهٔ معصومین وارد شده است. بدیهی است که خویشاوند هر قدر به انسان نزدیک‌تر باشد؛ وظیفهٔ او در حفظ پیوند شدیدتر و لازم‌تر است. امام سجاد (ع) می‌فرماید: «حقوق خویشاوند بسیار است و به اندازهٔ میزان قرابت آنان با توست؛ پس واجب‌ترین حق،

به آن شناخت پیدا کنند و سپس در حد توانایی‌های خود به نحو احسن مسئولیت‌پذیر باشند. بنابراین زن و شوهر با احساس تعهد خود نسبت به خانواده و انجام صحیح وظایف و مسئولیت‌های خویش می‌توانند نقش بارزی در شکوفایی و استعلائی اعضای خانواده داشته باشند. ذکر این نکته ضروری است که افراط و تفریط در هر کاری مضر است و موجب بروز مشکلات می‌شود. بی‌مسئولیتی در قبال وظایف زندگی مشترک و همچنین قبول کارها بیش از حد توان فرد، زمینهٔ ناسازگاری را فراهم می‌کند (۸).

زوجین باید همانند لباس عیوب یکدیگر را بپوشانند، آن را برملا نسازند و دیگری را از خطا و اشتباه حفظ کنند و زینت همدیگر به حساب آیند (سورهٔ بقره، آیهٔ ۱۸۷) (۸). رازدارنبودن و عیب‌جویی زن و شوهر نسبت به مسائل درون خانواده سبب سلب اعتماد و از بین رفتن محبت و یکدلی در زوجین می‌شود و زندگی زناشویی را متزلزل خواهد نمود؛ زیرا زوجین در این فضا احساس امنیت روانی نخواهند کرد و روحیهٔ دشمنی به‌جای الفت و دوستی بین آنان حاکم خواهد شد. البته دلسوزی برای تذکر دادن به همسر و رفع عیوب طبق اصل اخلاقی نهی از منکر بسیار پسندیده است اما باید در فضای دوستانه و عاری از هر گونه سرزنش انجام پذیرد. بدیهی است زن و شوهر باید در جهت کمال یکدیگر تلاش کنند. بنابراین، رفع نقطه‌ضعف‌های همسر با روش غیرمستقیم و الگودهی مناسب امکان‌پذیر خواهد شد (۱۸).

آراستگی یکی از وظایف زوجین است که به جنسیت اختصاص ندارد و زن و شوهر باید تا آنجاکه می‌توانند در جلب توجه همسر خود بکوشند و طبق سلیقه و میل او لباس بپوشند و خود را آراسته سازند (۲۱). از آنجاکه عواطف و احساسات بیشتر مردان با مشاهده و دیدن برانگیخته می‌شود؛ از این‌رو، به زنان بیشتر دربارهٔ استفاده از لباس مناسب، عطر، تزئین مو و ناخن و چهره توصیه می‌شود تا همسرانشان به زنی دیگر گرایش نیابند (۱۳).

خشم واکنشی متداول نسبت به ناکامی و بدرفتاری است (۱۹). آزار دادن در هر دو قسم زبانی (گفتن سخن زشت، تحقیر و ناسزاگویی) و عملی (نگاه غضب‌آلود، بی‌توجهی و کم‌محلی و بدخلقی) از مصادیق ظلم و ستم است و در قرآن ظلم به گمراهی نسبت داده شده است (سورهٔ لقمان، آیهٔ ۱۱). همچنین آزار موجب هتک حرمت طرف مقابل و از بین رفتن حریم‌های زناشویی خواهد شد (۸). آزار عملی علاوه بر آثار سوء روانی، با عواقب جسمانی یکی از علل مراجعه به دادگاه

حق مادرت است، سپس پدرت، سپس فرزندان، سپس برادران و سپس هرکس که به تو نزدیک‌تر است» (۷).

غالباً با تشکیل یک خانواده جدید، ممکن است دو نوع نگرش در زوجین پدید آید: یکی نگرشی محدود، خودنگر و بدون مسئولیت‌پذیری و دیگری نگرشی وسیع، دگرگرا و مسئولیت‌پذیر. در نگرش نوع اول، زوجین احساس استقلال مطلق می‌کنند و تلاش می‌کنند زندگی خود را در حداکثر رفاه و خوشی بگذرانند. این‌گونه افراد برای افراد دیگر خانواده احترامی قائل نیستند و در انتخاب روش زندگی، خود را کاملاً آزاد می‌دانند و بدون توجه به شرایط اطرافیان خود و با احتمال ایجاد مزاحمت‌های روانی یا اخلاقی برای دیگران به راه خود ادامه می‌دهند؛ اما در نگرش دوم، خانواده نوپا نه تنها خود را مسئول زندگی خود می‌دانند، بلکه نسبت به زندگی پدر و مادر خود و زندگی پدر و مادر همسر خود نیز احساس مسئولیت می‌کنند و ملاحظات اخلاقی و آداب اکرام بزرگسالان فراموش نمی‌شود. از این‌رو ارتباط با والدین به شکل صحیح و منطقی و در عین حال صمیمی و با رعایت حدود و حریم خانواده جدیدی که به وجود آمده است، شکل خواهد گرفت (۳). علاوه بر تأثیرات منفی قطع صلۀ رحم، در مطالعات نشان داده شده است که روابط اجتماعی از طریق تأثیر نوروپپتید^۱های پیام‌رسان بر دستگاه‌ها و ارگان‌های بدن مانند قلب و عروق، مغز و اعصاب و ایمنی در کاهش واکنش‌پذیری قلبی و عروقی، تسهیل بهبودی پس از حمله قلبی و کاهش سایر عوامل خطر از جمله کاهش استرس تأثیر مثبت دارد (۱).

ذکر این نکته ضروری است که افراد پس از تشکیل خانواده باید به حدی از استقلال رسیده باشند که در تصمیم‌گیری‌های مهم به والدین وابستگی فکری نداشته باشند و بتوانند مسائل خود را حل کنند. روابط با والدین گرچه از حیث روانی و دریافت راهنمایی مطلوب است، اما گاه بزرگان با دخالت‌های دلسوزانه خود زمینه اختلاف بین زوج جوان را فراهم می‌آورند. بنابراین، والدین نیز باید خانواده جدید و مرزهای آن را به رسمیت بشناسند (۴). همچنین گاهی نخبگان ملت و بزرگان فامیل قوانین یا قواعدی وضع می‌کنند که رفته‌رفته در میان خانواده‌ها به صورت عادت و رسم و سنت درمی‌آید و تبدیل به رسم و فرهنگی جهان‌شمول می‌شود. آداب و رسوم جاهلیت (از جمله بت‌پرستی) و در عصر حاضر تهاجم فرهنگی مصداق روشن آن است. انسان باید در سبک

زندگی اسلامی با استفاده از نیروی بینشی که خداوند به او داده است حق را از باطل تشخیص دهد و به بهانه تقلید کورکورانه از آداب و سنن از فرمان‌های الهی سر باز نزند (۳). قرآن می‌فرماید: «چون به آنان گفته شود از آنچه خدا نازل کرده است پیروی کنید، می‌گویند از چیزی که پدران خود را بر آن یافته‌ایم، پیروی می‌کنیم. آیا هر چند پدرانشان چیزی را درک نمی‌کرده و به راه صواب نمی‌رفته‌اند، باز هم در خور پیروی هستند؟» (سوره بقره، آیه ۱۷).

سلامت معنوی علاوه بر شکل‌دهی سبک زندگی مذهبی بر ارتباط معنوی و رفتاری زوجین تأثیرگذار است. سلامت معنوی و ایمان به خدا منجر به داشتن تقوا، هدفمندی، انعطاف‌پذیری، خوش‌رویی، مسئولیت‌پذیری، رازداری، آراستگی، کنترل خشم، گفتار نیکو و بخشندگی می‌شود و زوج تحت راهنمایی افراد خبره، با مشارکت با همسر در انجام اعمال عبادی زمینه رشد دنیوی و اخروی خانواده را فراهم می‌نماید.

محدودیت‌های پژوهش

از محدودیت‌های مطالعه حاضر می‌توان به دسترسی نداشتن به تمامی متون اشاره کرد.

پیشنهاد‌های پژوهش

پیشنهاد می‌شود پژوهشگران با استفاده از ابزارهای سنجش سلامت معنوی متناسب با ویژگی‌های جامعه ایرانی - اسلامی مطالعاتی را جهت بررسی سطح سلامت معنوی زوجین مسلمان ایرانی انجام دهند و پس از طبقه‌بندی زوجین، آنان را از نظر روابط معنوی و رفتاری مقایسه کنند. همچنین می‌توان از مداخلات و آموزش جهت ارتقای سلامت معنوی آنان استفاده کرد.

قدردانی

از مسئولان کتابخانه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تشکر و قدردانی می‌شود.

حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، مرکز مطالعات دین و سلامت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی حمایت مالی این پژوهش را بر عهده داشته است.

^۱Neuropeptide

تضاد منافع

مؤلفان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

مشارکت مؤلفان

تنظیم و تألیف مقاله: مؤلفان اول و دوم، نگارش بحث و نتیجه‌گیری: مؤلف دوم و گردآوری پیشینه پژوهش: مؤلف سوم.

References

- Safara M, Ghasemi-Yazdabadi M, Heyrat A, Rezaeinasab A. Reexamining the Influential Components of Spiritual Health in Human Health. *Journal of Pizhūhish Dar Dīn Va Salāmat*. 2022; 8(1):130-46. (Full Text in Persian)
- Marzband R, Hosseini SH, Hamzehgardeshi Z. A Concept Analysis of Spiritual Care Based on Islamic Sources. *Religions*. 2016;7(6):61. (Full Text in Persian)
- Tavan H, Sayehmiri K, Taghinejad H, Mousavi Moghadam SR. Factor Analysis of Spiritual Health on the Islam Viewpoint. *Iranian Journal of Public Health*. 2015;44(11):1572-3. (Full Text in Persian)
- Jaberi A, Momennasab M, Cheraghi M, Yektatalab S, Ebadi A. Spiritual Health as Experienced by Muslim Adults in Iran: A Qualitative Content Analysis. *Shiraz E-Medical Journal*. 2019;20(12):e88715. (Full Text in Persian)
- Heydari A, Khorashadizadeh F, Heshmati F, Mazloun SR. Spiritual Health in Nursing From the Viewpoint of Islam. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 2016;18(6):e24288. (Full Text in Persian)
- Graneheim U, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: Concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*. 2004;24(2):105-12.
- Majlisi MB. *Bihar Al-Anwar: al-Jamiah li-durar Akhbar al-Aimmah al-Athar*. Qom: Islamic Dar al-Ketab;2009.
- Hur Ameli M. *al-Wasail al-Shia ela Tahsil Masal al-Sharia*. 4 ed. Ghaemieh: Computer Research Center; 1999.
- al-Suyuti J. *al-Dur al-Manthur Fi Tafsir bil-Ma'thur*. 1 ed. Qom: Mokatebat-e Ayat alah al-Marashi al-Najafi; 1984. (Full Text in Persian)
- Sharif Al-Razi M. *Nahj Al-Balagha*. Qom: Famous; 2000. (Full Text in Persian)
- al-Sijistani AD. *Sunan Abi Dawud*. 1ed. Cairo: Dar Al-Hadis; 1999. (Full Text in Arabic)
- al-Saduq M. *Man La Yahduruhu Al-Faqih*. 2 ed. Qom: Jama'at Al-Mudrasin in Al-Hawza Al-Elmiya; 1983.
- Nouri al-Tabarsi H. *Mustardak Al-Wasail va Mustabt Al-Masail*. 4 ed. Qom: Al-Bayt Institute, Al-Ahia Al-Tarath; 1989. (Full Text in Persian)
- al-Kulayni M. *Usul al-Kafi*. 4 ed. Tehran: Dar Al-Saqlain; 2014. (Full Text in Persian)
- Warram A. *Tanbih al-Khawatir va Nuzhat al-Nawazir*. Mashhad: Astan Quds Razavi, Islamic Research Foundation; 1999. (Full Text in Persian)
- Payandeh A. *Nahj Al-Fasaha*. 2 ed. Qom: Ansarian; 2004. (Full Text in Persian)
- Reyshahri M. *Mizan al-Hikmah*. Qom: Scientific Dar Hadith and Cultural Institute; 2010. (Full Text in Persian)
- al-Tamimi al-Amedi AW. *Ghurar Al-Hikam va Durar Al-Kalim*. 2 ed. Qom: Dar Al-Kitab Al-Islami; 1989. (Full Text in Persian)
- al-Tabarsi H. *Makarim al-Akhlaq*. Qom: al-Sharif Al-Radi; 1991. (Full Text in Persian)
- al-Bukhari M. *Sahih al-Bukhari*. 2 ed. Cairo;1990. (Full Text in Persian)
- Motaghi A. *Kanz al-Ummal fee Sunan al-Aqwal va al-Afal*. Beirut: Dar al-Kotob al-Islamiya; 1998. (Full Text in Arabic)
- al-Saduq M. *Khisal Al-Saduq*. Tehran: Ketabchi; 1998. (Full Text in Persian)
- al-Suyuti J. *Al-Jaami' Al-Saghîr fi Ahadis Al-Bashir Al-Nazir*. 1 ed. Beirut: Dar Al-Fekr; 2008. (Full Text in Arabic)