

بررسی اثرات سلامت معنوی زن بر خانواده

مريم سلگي

عضو هیأت علمی دانشگاه الزهراء (س)

زهرة السادات نبوی

دانشجوی دکتری معارف اسلامی

چکیده

علی‌رغم پژوهش‌های بسیاری که در مورد سلامت معنوی در طول دهه‌های گذشته انجام شده، فقدان آرایه یک تعریف تئوریک قابل قبول از سلامت معنوی، کماکان مشاهده می‌گردد. در چارچوب تعالیم اسلام شاید بتوان سلامت معنوی را اینگونه تعریف کرد که شناخت خالق، دوست داشتن او و تلاش برای قرب بر او مهمترین فاکتورهای تعریف سلامت معنوی است. از آنجایی که زن نقش بسزایی در سلامت معنوی خانواده و جامعه دارد و بعنوان مادر ممتازترین نقش تربیتی را بر عهده دارد ذکر این نکته لازم است که از مهم‌ترین مسائل مورد توجه در نظام تعلیم و تربیت دینی رشد شخصیتی متعادل و سلامت معنوی زن است. اگر جامعه‌ای بخواهد به رشد و تعالی برسد باید برای تربیت معنوی زنان خود سرمایه‌گذاری کند زیرا اساس صلاح و فساد هر جامعه، در گرو صلاح و فساد زنان آن جامعه است. در نظام تعلیم و تربیت اسلامی و در آموزه‌های دینی رشد مطلوب شخصیتی زن بر محور معنویت و افزایش سلامت معنوی است. به طول کلی سلامت معنوی ارتباط هماهنگ و یکپارچه را بین افراد فراهم می‌کند و با ویژگی‌های ثبات در زندگی، صلح، تناسب و هماهنگی، احساس ارتباط نزدیک با خویش، خدا، جامعه و محیط مشخص می‌شود. باورهای دینی درباره ارزشمندی افراد آدمی و حقوق آنان افراد را به سوی تعادل شخصیت، سلامت معنوی و روابط اخلاقی می‌کشاند. زن در خانواده نقش‌های متفاوتی دارد که با اجرای صحیح هر کدام می‌تواند کانون خانواده را به محیطی برای پیشرفت و تعالی تبدیل کند. دو نقش اصلی و محوری زن در خانواده عبارتند از: الف) جایگاه زن در همسردهاری ب) نقش تربیتی زن در مقام مادر. در همین راستا آموزش مهارت‌های شناختی و نگرشی به زنان موجب شکوفایی فکر آنان در مسائل زناشویی می‌شود. این نوشتار با تمرکز بر آموزه‌های دینی در خصوص نقش و جایگاه زن در خانواده به تبیین اهمیت و تاثیر سلامت معنوی زن بر خانواده می‌پردازد.

واژگان کلیدی

زن، خانواده، سلامت معنوی، دین، نقش مادری.

مقدمه

سلامت از نیازهای مهم انسان است که در زندگی فردی و اجتماعی او تاثیرات فراوانی برجای می گذارد و همه ابعاد زندگی او را تحت تاثیر قرار می دهد. سلامت می تواند در حوزه جسم انسان یا در حیطه روح و روان او مطرح شود، سلامت می تواند سلامت عمومی باشد یا سلامت اجتماعی یا سلامت معنوی و ... یکی از مولفه های مهم توسعه یافتگی هر کشوری سالم زیستن مردم است و سلامت تک تک مردم برآیند برخورداری آن جامعه از سلامت در سطح کلان است. یکی از بخش های مهم حوزه سلامت، سلامت معنوی است که هم به جسم انسان مربوط می شود و هم می تواند نشاط روحی و روانی او را فراهم کند. در عصر حاضر و در دنیای مدرنیته که انسان سعی می کند همه عوامل طبیعت را به منظور بهره برداری خود در جهت ساختن دنیایی مرفه و کارآمد تسخیر کند تاچه اندازه توانسته است با استفاده از ظرفیت های خدادادی به سلامت معنوی به عنوان فراهم کننده آرامش جسمی، روحی و روانی خود دست یابد؟ اگر تلاش انسان به منظور دستیابی به سلامت معنوی صورت گرفته از چه عصری و با چه ابزاری آغاز شده است و زن به عنوان مدیر خانواده و خانواده به عنوان مهم ترین رکن زندگی اجتماعی انسان در این فرایند چه نقش و تاثیری داشته است و نهایتاً در ادامه راه زنان در حرکت بشر به سمت سلامت معنوی بیشتر چه نقشی می توانند ایفاکنند؟

از قرن ۱۷ میلادی تاکنون بستر تحول و دگرگونی و واگذاری نقش ها و مسئولیت ها بوده و از شکل سنتی و گسترده با شرح وظایف و کارکرد های فراوان و متنوع اجتماعی، آموزشی، اقتصادی، تربیتی، عاطفی و ... به خانواده از نوع هسته ای و مدرن با شرح مسئولیت های محدود تبدیل شده است. مسئولیت هایی که برخاسته از روح جمعی خانواده نیست بلکه غالب این مسئولیت ها در قالب قراردادهای اجتماعی برای زوجین و فرزندان در خانواده قابل شناخت و تفسیر است. در همین راستا لازم است به بررسی جایگاه و نقش زنان در سلامت معنوی خانواده پرداخته شود.

امروزه، مسایل مربوط به معنا و معنویت بعنوان مؤلفه هایی ضروری در سلامت انسان محسوب می شود. از این رو پرداختن به سلامت معنوی افراد جامعه در کنار دیگر فاکتورهای سلامت از اهمیت بالایی برخوردار است. از آنجا که محیط خانواده جایگاه رشد و نمو افراد است سلامت معنوی افراد در محیط خانواده بیشترین رشد را دارد و در این میان نمی توان از تاثیرات سلامت معنوی زن غافل بود. زنی که دارای سلامت معنوی است می تواند در سلامت معنوی همسر خود تاثیر بسزایی داشته باشد. این زن در مقام مادر باید خود دارای سلامت معنوی باشد که بتواند در تربیت معنوی فرزندان خود موفق باشد.

۱. مفهوم سلامت معنوی

علی رغم پژوهش های بسیاری که در مورد سلامت معنوی در طول دهه های گذشته انجام شده، فقدان ارایه یک تعریف کاری یا تئوریک قابل قبول از سلامت معنوی، کماکان مشاهده می گردد به گونه ایی که شکل شناسایی، تعریف و اندازه گیری ابعاد سلامت معنوی همچنان پابرجاست.

سلامت معنوی شامل حفظ و شکوفایی فطرت توحیدی از طریق برقراری روابط مستحکم با خدا، ایجاد نظام ارزشی شخصی قدرتمند، داشتن زندگی هدفمند و روابط سالم و سازنده با خود و دیگران است. □□□□□□□□

برخی سلامت معنوی را کیفیت ذاتی و اصلی انسانی که در برگیرنده باور به چیزی بزرگ تر از خود بوده و ایمان به اینکه به طور واقع زندگی را تایید و تصدیق می کند، تعریف کرده اند. *****

□□□□□□□□ - مرندی سیدعلیرضا و عزیزی فریدون، مساله جایگاه تعریف و دشواری های پایه ریزی مفهوم سلامت معنوی در جامعه ایرانی - اسلامی، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال چهارم، شماره چهاردهم، ۱۳۸۹ ش.

***** - Miller, MA.(1995) Culture, spirituality, and women's health. Journal of obstetric, Gynecologic, & neonatal nursing. 24(3);p46

3-Ross, L (2006). Spiritual care in nursing: an over view of the research to date. Journal of clinical nursing. 15(7): p 46

در تعریفی دیگر، چهار بعد پذیرش زندگی در ارتباط با خدا، خود، جامعه و محیط که کامل بودن فرد را تضمین کرده و نسبت به آن احساس رضایت می‌کند، به عنوان تعریف سلامت معنوی ارایه شده است. و دهها تعریف دیگر که در حوصله بحث نمی‌گنجد.

باید دانست پرداختن به معنویت و بحث سلامت معنوی بدون بذل توجه کافی به مسایل زیربنایی تر آن مانند شناسایی نیازهای معنوی انسان را به سر منزل مقصود نخواهد رسانید.

۲. مؤلفه‌های سلامت معنوی

پژوهشگران متعددی به شناسایی و طبقه‌بندی مؤلفه‌هایی که در زمره نیازهای معنوی قرار می‌گیرند پرداخته‌اند که بعد از تامل در آنها و تحلیل این موارد مهم‌ترین این مؤلفه‌ها بطور مختصر و مفید عبارتند از:

۱. نیاز به تعلق به یک منبع لایتناهی به خاطر نوع آفرینش انسانی که همواره نقطه تعالی هر چیزی را می‌طلبد.
۲. نیاز به معنا و هدف در زندگی
۳. نیاز به اعتماد در زندگی
۴. نیاز به دیده شدن و مورد احترام واقع شدن
۵. نیاز به ابراز محبت و عشق به هموعان و مخاطب محبت قرار گرفتن از جانب دیگران و البته نیازهای دیگر که محققان با بهره‌گیری از تحقیقات معنوی و مذهبی متعدد و بسیار به بیان آنها پرداخته‌اند که شاید بتوان نقطه اوج آن را نیاز به مذهب دانست، آری یکی از نیازهای معنوی انسان در طول زندگی نیاز به مذهب است که از مؤلفه‌های بسیار مهم در جهت دستیابی به سلامت معنوی می‌باشد.

باورهای دینی درباره ارزشمندی افراد آدمی و حقوق آنان افراد را به سوی تعادل شخصیت، سلامت معنوی و روابط اخلاقی می‌کشاند. بنیامین راش (۱۷۴۵-۱۸۱۳) پدر روان پزشکی آمریکا از اولین کسانی است که به اهمیت مذهب در سلامت معنوی انسان‌ها باور دارد. وی معتقد است مذهب آنقدر برای پرورش و سلامت معنوی آدمی اهمیت دارد که هوا برای تنفس. □□□□□□□□□□

۳. سلامت معنوی زنان

از آنجایی که زن نقش بسزایی در سلامت معنوی خانواده و جامعه دارد و بعنوان مادر ممتازترین نقش تربیتی را بر عهده دارد و در عین حال تمرکز این نوشتار حول محور سلامت معنوی زن می‌باشد لازم است بدانیم از مهم‌ترین مسائل مورد توجه در نظام تعلیم و تربیت رشد شخصیتی متعادل و سلامت معنوی زن است.

اگر جامعه‌ای بخواهد به رشد و تعالی برسد باید برای تربیت معنوی زنان خود سرمایه‌گذاری کند زیرا اساس صلاح و فساد هر جامعه، در گرو صلاح و فساد زنان آن جامعه است.

از آنجا که زنان هم زمان در نقش‌های مادری و همسری، خانه‌داری و در زمینه‌های اقتصادی و اجتماعی ایفای نقش می‌کنند، سلامت معنوی آنها از اهمیت بیشتری برخوردار است. زنان در همه زمان‌ها و در سراسر دنیا بویژه در جوامع شرقی همواره مهم‌ترین و اساسی‌ترین رکن خانواده بوده‌اند. تعهد و پای‌بندی زنان به خانواده و نقش‌های خانوادگی مهم‌ترین ضامن بقای خانواده، بلکه ضامن ایفای درست نقش‌های خانوادگی از سوی مردان است.

□□□□□□□□□□ - مجموعه مقالات همایش‌های علمی اسلام و بهداشت روان، ج ۱، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه علوم پزشکی ایران، تابستان ۱۳۸۲،

۴. جایگاه زن در اسلام

اسلام که آخرین دین آسمانی است، مقام و جایگاه انسانی زن را به او بازگرداند و زمینه رشد و تعالی او را فراهم کرد. خداوند متعال در قرآن کریم، زن و مرد را به طور یکسان مورد خطاب قرار داده است و در آیات بسیاری تصریح می‌کند زن و مرد از نظر کرامت و حرمت یکسانند.

در نظام تعلیم و تربیت اسلامی و در راستای رسیدن انسان به سعادت و قرب الی الله، مهم‌ترین هدف تربیتی، رشد شخصیتی متعادل زن بر محور معنویت و افزایش سلامت معنوی است.

در چارچوب تعلیم اسلام شاید بتوان سلامت معنوی را اینگونه تعریف کرد که شناخت خالق، دوست داشتن او و تلاش برای قرب بر او و از مهمترین فاکتورهای تعریف آن است، و نیازهای معنوی را در قالب مؤلفه‌های نظیر احساسات، دوست داشتن و دوست داشته شدن، کمک کردن به دیگران، تجربه کردن لذت، داشتن یک هدف اساسی در زندگی و تجربه کمال و آرامش برشمرد. به طول کلی سلامت معنوی ارتباط هماهنگ و یکپارچه را بین افراد فراهم می‌کند و با ویژگی‌های ثبات در زندگی، صلح، تناسب و هماهنگی، احساس ارتباط نزدیک با خویشان، خدا، جامعه و محیط مشخص می‌شود. □□□□□□□□□□

۵. جایگاه زن در خانواده

زن در خانواده نقش‌های متفاوتی دارد که با اجرای صحیح هر کدام می‌تواند کانون خانواده را به محیطی برای پیشرفت و تعالی تبدیل کند. دو نقش اصلی و محوری زن در خانواده عبارتند از:

الف) جایگاه زن در همسررداری

ب) نقش تربیتی زن در مقام مادر

زن در نقش همسری، فردی اجتماعی و دوستدار شوهر است که خود را مکلف نیکی کردن به او می‌داند. وظیفه زن خوش رفتاری، خوش خلقی و دلجویی از همسر است و از همه فرصت‌ها، برای وصول به این هدف سود می‌جوید. زن با رفتار درست خویش با شوهر، درس زندگی و همسررداری به فرزندان خود می‌آموزد، و به آنها یاد می‌دهد که با همسرانشان، مهربان و خیراندیش باشند و بنای زندگی را بر مهر و صفا گذارند. حاصل رعایت اصول اخلاقی در خانه، ایجاد خرسندی و رضایت خاطر از ازدواج و ادامه حیاتی مسرت بخش و تربیت فرزندان معتدل است. *****

اسلام به قدری شوهررداری را با اهمیت دانسته که آن را در ردیف جهاد در راه خدا قرار داده است به طوری که حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید: «جهاد المرأةُ حسن التبعّل»؛ جهاد زن حسن تبعّل (خوب همسررداری کردن) اوست. □□□□□□□□□□

آموزش مهارت‌های شناختی و نگرشی به زنان سبب باز شدن و شکوفایی فکر آنان در مسائل زناشویی می‌شود تا بتوانند بطور منطقی و شایسته زندگی خود را هدایت کرده، وظایف‌شان را در چارچوب همسررداری به نحو احسن ایفا کنند.

وظایف زن نسبت به همسر را می‌توان در دو بعد مورد تحلیل و بررسی قرار داد:

۱. وظایف اخلاقی زن نسبت به شوهر

۲. وظایف شرعی زن نسبت به شوهر

نخست وظایف اخلاقی زن نسبت به شوهر بصورت اجمالی ذکر می‌شود:

۴. تربیت اخلاقی
۵. تربیت عقلانی
۶. تربیت جنسی
۷. تربیت سیاسی

در نتیجه وظیفه مادر این است که اولاً تربیت فرزند را مهم و ضروری بداند. ثانیاً برای تحقق آن بکوشد و ثالثاً از روش‌های تربیتی آگاهی داشته و به آنها بطور دقیق عمل کند.

نتیجه‌گیری

امروزه توجه جدی به مقوله سلامت معنوی می‌تواند به بهبود زندگی فردی و اجتماعی بشر خصوصاً در بعد خانواده کمک موثری به حساب آید. در این راستا اهمیت سلامت معنوی زن به عنوان مهمترین عنصر تربیتی در خانواده برای فرزندان و نیز کمک به سلامت معنوی با تقویت سلامت معنوی در جامعه است که می‌توانیم شاهد اندیشه و عمل نیک و حساب شده انسان‌ها و افزایش مهربانی و محبت در جوامع انسانی باشیم و تنها در بستر سلامت معنوی پایدار است که انسان‌ها در رقابت‌های اقتصادی و سیاسی حقوق هموعان خود را رعایت می‌کنند و به همدیگر احترام می‌گذارند و با توجه به جایگاه و نقش خانواده در جامعه پذیری افراد این آموزش می‌تواند در بستر تربیتی و آموزشی نهاد خانواده به بهترین شکل ممکن عملیاتی گردد. تبیین جایگاه سلامت معنوی زن در خانواده و بررسی تاثیرات متقابل احتمالی بین سلامت معنوی زن و خانواده بعنوان هدف اصلی این نوشتار مورد دقت نظر قرار گرفته است. خانواده یکی از قوی‌ترین و اولین عامل سازنده شخصیت فردی و اجتماعی افراد محسوب می‌شود. درباره نظام خانواده و شکل‌گیری و اهمیت آن رهنمودهای فراوانی در متون دینی ما وارد شده است. خانواده (زن و شوهر) در قرآن کریم آیاتی از آیات خدا و مایه آرامش روحی شمرده شده است، چنانکه خداوند فرموده است: «و از نشانه‌های او این که همسرانی از جنس خودتان برای شما آفرید تا در کنار آنان آرامش یابید، و در میانتان مودت و رحمت قرار داد؛ در این نشانه‌هایی است برای گروهی که تفکر می‌کنند» (روم، ۲۱/۳۰). در جای دیگر از زن و مرد به عنوان لباس یاد شده است: «آنها لباس شما هستند، و شما لباس آنها؛ هر دو زینت هم و سبب حفظ یکدیگرید» (بقره، ۱۸۷/۲). لباس وسیله پوشش و حفاظت برای بدن است. زن برای مرد و مرد برای زن به عنوان لباس و پوشش می‌باشد که همدیگر را از آلودگی و فجور محافظت می‌کند و نیز همانطوری که لباس مایه زینت و زیبایی برای انسان است، زن و مرد نیز مایه زینت و زیبایی برای یکدیگر است. نظام خانواده، نظام ارزشمند و محبوبی است که در اسلام هیچ بنایی محبوبتر از او پایه ریزی نشده است. پیامبر اسلام می‌فرماید: «ما بنی فی الاسلام بناء أحبّ الی الله تعالی و اعزّ من التزویج» «در اسلام هیچ نهادی محبوب تر و عزیزتر از تشکیل خانواده در نزد خداوند بنا نشده است». و نیز فرموده است: «هیچ فائده‌ای بعد از نعمت اسلام برتر و مفیدتر از این برای مرد مسلمان نیست که او همسری داشته باشد که هر وقت به او نگاه کند مسرور و شاداب گردد و هنگامی که به او دستور بدهد اطاعت نماید، و هر وقتی که از نزدش برود حافظ جان خود و مال همسرش باشد». سلامت عبارتست از برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو. یکی از زمینه‌های عمده بیماری‌ها و مشکلات روانی و عوارض جسمی و اجتماعی آن احساس پوچی، بیهودگی و تزلزل روحی است که ناشی از فقدان بعد معنوی در افراد است. ایمان، هدفدار بودن زندگی، پای بندی اخلاقی، تعاون، داشتن حسن ظن و توجه بیشتر به مسائل معنوی زندگی باعث کاهش اضطراب، تزلزل روحی و عوارض ناشی از آن می‌شود.

یکی از تاثیرات مهم معنویت در زندگی، ارتقای سلامت است، مطالعات نشان داده است که گرایش‌های معنوی قوی و نگرش مثبت‌باعت ارتقای سلامت می‌شود و بیمارانی که گرایش معنوی قوی دارند به بهبود خود از بسیاری از بیماری‌های مزمن کمک می‌کند. بنابراین ارتباط بین اعتقادات دینی و حالات روحی به این معنا است که اعتقاد دینی نقش مهمی در حفظ تندرستی انسان دارد.

در همه موارد ذکر شده اهمیت نقش زن در خانواده و سلامت معنوی افراد خانواده امر یانکار ناشدنی است. آموزه‌های دینی در خصوص نقش‌های زن در خانواده چه در زن در مقام مادری و چه زن در مقام همسری علاوه بر آنکه او را به سلامت معنوی خواهد رساند طبیعتاً اثرات سلامت معنوی وی بر همه افراد خانواده مشهود و ملموس است. در همین راستا لازم است در خصوص تقویت سلامت معنوی زنان سرمایه‌گذاری جدی صورت گیرد چرا سلامت سایر افراد جامعه بدان‌ها وابسته است.

منابع

- خمینی، روح الله موسوی، تحریرالوسیله، موسسه مطبوعات دارالعلم، چاپ اول، قم. بی تا
- سیدرضی، ابوالحسن محمدبن حسین، نهج البلاغه، مترجم: محمدجواد شریعت، تهران، اساطیر، ۱۳۸۰ ش.
- مرندی سیدعلیرضا و عزیزی فریدون، مساله جایگاه تعریف و دشواری‌های پایه‌ریزی مفهوم سلامت معنوی در جامعه ایرانی - اسلامی، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال چهارم، شماره چهاردهم، ۱۳۸۹ ش.
- قانی، علی، نقش مادر در تربیت، تهران، انتشارات امیری، ۱۳۷۳ ش.
- مجلسی، محمدباقر، بحارالانوار، موسسه الوفا، بیروت، ۱۴۰۴.
- مجموعه مقالات همایش‌های علمی اسلام و بهداشت روان، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه علوم پزشکی ایران، تابستان ۱۳۸۲.
- المحدث النوری، مستدرک الوسائل، موسسه آل البيت، قم، ۱۴۰۸ ه.ق.
- 8- Fernseler, klemm p, miller MA. Spiritual well-being and demands of illness in people with colorectal cancer cancer nurs. 1999 Apr; 22 (2):134-40.
- 9- Miller, MA.(1995) Culture, spirituality, and women's health. Journal of obstetric, Gynecologic, & neonatal nursing. 24(3);257-67.
- 10- Ross, L (2006). Spiritual care in nursing: an over view of the research to date. Jornal of clinical nursing. 15(7): 852-62.