



بررسی ابعاد سلامت معنوی کودکان با تأکید بر آموزه‌های علوی

مهرناز فرهادی آذر^۱؛ فاطمه احمدی^۲

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۱۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۲۴

چکیده

تربیت فرزند از بنیادی‌ترین مسائل تربیتی شمرده می‌شود. چراکه می‌تواند زمینه‌ساز سعادت یا شقاوت فرد در دنیا و آخرت باشد. پژوهش حاضر به بررسی ابعاد سلامت معنوی کودکان با تأکید بر آموزه‌های علوی و سیره امام علی (ع) می‌پردازد و نشان می‌دهد که چگونه سلامت معنوی یکی از مؤلفه‌های دستیابی به موفقیت و آرامش در زندگی می‌باشد و قادر است در جهت تحولات مثبت فردی و اجتماعی گام بردارد. در کنار آیات و روایات متعدد در این خصوص، نوشتار حاضر با محوریت نهج/البلاغه و آموزه‌های علوی نشان می‌دهد که برخی از راهبردهای مؤثر در این راستا عبارتند از: توجه به سلامت معنوی پیش از ازدواج و پس از ازدواج، توجه به امور عاطفی همچون کنترل شادی و غم، امید و یأس، کنترل خشم، توجه به امور فرهنگی همچون تفریح و سرگرمی، علم و دانش، انتخاب دوست مناسب و مراقبت‌های دینی همچون توکل به خدا و انس با نماز.

کلیدواژگان: آموزه‌های علوی، نهج/البلاغه، سلامت معنوی، کودکان، والدین

^۱. طلبه سطح سه حوزه علمیه حضرت خدیجه (ع) Mhfarhadi^{۱۷}@yahoo.com

^۲. دکتری علوم قرآن و حدیث و سطح سه تفسیر و علوم قرآن؛ ft.ahmadi^{۱۲۱}@yahoo.com



مقدمه

سلامت معنوی در دوران کودکی از اهمیت زیادی برخوردار است و کل زندگی انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. از این جهت، ایجاد و حفظ و تقویت آن در کودکان یکی از مهم‌ترین وظایف والدین محسوب می‌شود و خانواده مهمترین عامل ایجاد بستر سلامت معنوی در کودک است. چراکه ذهن و روان کودک همچون زمین حاصلخیزی برای رشد انواع خلیات پسنیدیده در راستای نیل به سلامت معنوی است و والدین باید این فرصت را غنیمت شمارند و از آن بهره‌جویند. تربیت فرزند در سیره معصومین علیهم‌السلام از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است که از آن میان در نوشتار حاضر به بررسی عوامل مؤثر بر سلامت معنوی کودکان و ابعاد آن در کلام امیرالمؤمنین علیه‌السلام می‌پردازیم. ضرورت پرداختن به این موضوع از آن جهت است که والدین عوامل مؤثر در جهت ایجاد و ارتقای بستر سلامت معنوی کودکان را در آموزه علوی بازشناسند و در ابعاد تربیتی مؤثر به‌کار گیرند. پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی، از نظر ماهیت موضوع، توصیفی و از جهت شیوه جمع‌آوری اطلاعات، کتابخانه‌ای است. در این نوشتار تلاش شده با بهره‌گیری از آیات قرآن و آموزه‌های علوی برخی از عوامل مؤثر در رشد سلامت معنوی کودکان برشمرده شده و با اشاره به مراقبت‌های عاطفی، فرهنگی و دینی در این خصوص، به ابعاد سلامت معنوی کودکان پرداخته شود.

به عنوان پیشینه تحقیق می‌توان به مقالات مرتبط دیگری اشاره کرد: «تأثیر سلامت معنوی والدین بر سلامت روان فرزندان» فاطمه غلامپور نقارچی؛ «نقش والدین در پرورش عزت نفس فرزندان و سلامت معنوی آنان از دیدگاه اسلام» مهرناز گلی؛ «تربیت دینی کودکان و نقش آن در سلامت معنوی جامعه» مریم حسین‌پور و ... که هر کدام از جهتی به روشن‌سازی ابعاد سلامت معنوی حاصل از مسئله تربیت پرداخته‌اند و مقاله حاضر با محوریت آموزه‌های علوی به این مهم می‌پردازد.

مفهوم‌شناسی لغوی و اصطلاحی

برای بررسی مفهوم «سلامت معنوی»، نخست باید هر یک از واژه‌های «سلامت» و «معنویت» را مورد بررسی قرار داد.

الف) سلامت

واژه «سلامت» مصدر است و به معنای عافیت و تندرستی (معین، ۱۳۸۲: ۱/ ۱۳۷۱۲)، بی‌عیبی، تندرستی و بی‌گزند شدن به‌کار رفته است (عمید، ۱۳۶۳: ۱۴۵۱). با عنایت به همین معنا، همچنین سلامت یعنی کنار بودن از آفات ظاهری و باطنی (قرشی، ۱۴۱۲ق: ۳/ ۲۹۶). سلامت عبارت است از: برخورداری آدمی از حد تراز مطلوب به لحاظ جسمی، روانی، ادراکی، اخلاقی، اجتماعی، معنوی و نظایر آنها (جمعی از محققان، ۱۴۰۱: ۶۹).



سلامت از دیدگاه اسلام، هم به دنیا و زندگی دنیوی و هم به آخرت و اقتضائات معنوی آن مربوط است (ساجدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۲۵). خداوند در قرآن می‌فرماید: «إِذْ جَاءَ رَبُّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (صافات/ ۸۴). در اینجا مراد از «قلب سلیم» آن قلبی است که از هر چیزی که مضر به تصدیق و ایمان به خدای سبحان است خالی باشد، از قبیل شرک جلی و خفی، اخلاق زشت و آثار گناه و هرگونه تعلقی که به غیر خدا باشد و انسان جذب آن شود و باعث شود که صفای توجه به سوی خدا مختل گردد (طباطبایی، ۱۳۷۸: ۱۷/ ۲۲۳). همچنین از علی علیه السلام نقل شده است: «أَهْنَأُ الْأَقْسَامَ الْقَنَاعَةَ وَ صِحَّةَ الْأَجْسَامِ؛ گواراترین بهره‌ها قناعت و تندرستی است» (غرر الحکم، ۱/ ۱۸۴).

ب) معنویت

در زبان عربی «معنویت» مصدر جعلی از واژه «معنوی» است (دهخدا، ۱۳۷۷: ۱۴/ ۲۱۱۹۱). معنویت از ریشه معنا، یعنی آنچه در مقابل پوسته و ظاهر است و به باطن و روح مربوط می‌شود. (دهخدا، ۱۳۳۷: ۴۵/ ۷۶۴).

پس معنویت یعنی معنوی بودن و معنوی یعنی منسوب به معنی، باطنی، حقیقی (عمید، ۱۳۶۳: ۲۲۷۸). امام خمینی ره معنویت را مجموعه صفت‌ها و کارهایی می‌داند که شور و جاذبه قوی و شدید و در عین حال منطقی و درست را در انسان پدید می‌آورد تا او را در سیر به سوی خدای یگانه و محبوب عالم، به‌طور اعجاب‌آوری پیش ببرد. شهید مطهری معنویت را نوعی احساس و گرایش ذاتی انسان به امور غیرمادی همچون دانش و دانایی، خیر اخلاقی، جمال و زیبایی، تقدس و پرستش می‌داند که وجه تمایز انسان و آفریدگان دیگر است. در نگرش اسلامی، معنویت و پیروی از شریعت، پیوندی گسست‌ناپذیر دارند. از این‌رو به‌کار بستن دستورالعمل‌های دینی در مسیر اصلی رسیدن به معنویت معرفی می‌شود و معنویت صحیح فقط در صورت اطاعت از دستورهای الهی به‌دست می‌آید. در واقع معنویت بدون ایمان به خدا، بدون ایمان به مبدأ و معاد و بدون ایمان به عالم معنا و ماوراً اساساً امکان‌پذیر نیست (ساجدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۳۱). به‌طور خلاصه، معنویت در دیدگاه اسلامی عبارت است از: «خداشناسی، خداجویی و خدامحوری»، «شناخت هدف خلقت و زندگی» و «تلاش در جهت تکامل معنوی و خودسازی» (اصفهانی، ۱۳۸۹: ۵).

ج) سلامت معنوی

در تعریف «سلامت» اشاره شد که «سلامت» به وضعیتی گفته می‌شود که در آن موجود، دارای نقص و عیب نباشد و کارکرد مناسب خود را داشته باشد و در وضعیت مطلوب خویش



باشد. سلامت جسمی، ناظر به اعضاء و جوارح و اندام‌های درونی و بیرونی است و سلامت معنوی، معطوف به روح آدمی است. آنگاه که روح انسان در وضعیت مطلوب خود از لحاظ معنویت باشد و در کارکردهای معنوی‌اش نقص و خللی نباشد، او را «سالم معنوی» می‌خوانند (ساجدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۳۲). در واقع کسی که همواره به یاد خدا باشد و از مادیات فراتر برود، دارای سلامت معنوی و قلبی (قلب سلیم) است و کسی که از یاد خدا غافل شود و در بند مادیات اسیر گردد، دارای سقامت معنوی و قلبی (قلب سقیم) است و از جهت معنوی سقوط خواهد کرد (جمعی از محققان، ۱۴۰۱: ۶۴)؛ چنانکه امیر مؤمنان علیه السلام می‌فرماید: «أَلَا وَ إِنَّ مِنَ الْبَلَاءِ الْفَاقَةَ، وَ أَشَدُّ مِنَ الْفَاقَةِ مَرَضُ الْبَدَنِ، وَ أَشَدُّ مِنْ مَرَضِ الْبَدَنِ مَرَضُ الْقَلْبِ. أَلَا وَ إِنَّ مِنْ صِحَّةِ الْبَدَنِ تَقْوَى الْقَلْبِ؛ بدانید که از جمله گرفتاری‌ها بی‌چیزی است، و سخت‌تر از بی‌چیزی بیماری تن است، و سخت‌تر از بیماری تن بیماری دل است و بدانید که از جمله نعمت‌ها دارایی فراوان است، و بهتر از دارایی فراوان تندرستی است، و بهتر از تندرستی پرهیز دل (تقوای قلب) است» (نهج البلاغه، حکمت ۳۸۸). در این گفتار، منظور از «قلب» آن عضوی نیست که وسیله خون‌رسانی به تمام بدن را دارد، بلکه قلب به معنای روح و جان آدمی است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۹ / ۳۹۷).

در مجموع می‌توان گفت در نگرش اسلامی، معنویت با خدامحوری پیوند دارد و ساحت‌های بینش، گرایش و کنش فردی را در بر می‌گیرد و لذا می‌توان چنین تعریفی را برای «سلامت معنوی» مورد نظر در اینجا ارائه کرد: «سلامت معنوی وضعیتی است که در آن، بینش، گرایش و کنش فردی و اجتماعی انسان در راستای قرب و رضای الهی که کمال برتر انسانی است، قرار گیرد و علاوه بر سعادت اخروی، برای وی امید، نشاط، آرامش و رضایت از زندگی را در پی داشته باشد» (ساجدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۳۴).

عوامل مؤثر بر سلامت معنوی کودکان

عوامل مهم تأثیرگذار بر سلامت معنوی کودکان، حاصل بستر فرهنگی- اجتماعی آنان است که در وهله اول تحت تأثیر رفتار و تربیت والدین قرار دارد که در دو بخش مراقبت‌های معنوی پیش از ازدواج و پس از ازدواج در زیر مورد اشاره قرار می‌گیرد و پس از آن به مراقبت‌های عاطفی، فرهنگی و دینی به عنوان ارکان مکمل تربیت معنوی سالم پرداخته می‌شود:

الف) مراقبت‌های معنوی پیش از ازدواج

با توجه به تأثیرگذاری وراثتی و تربیتی والدین بر سلامت معنوی فرزندان، همسرگزینی مناسب، نخستین گام برای پرورش معنوی فرزند است (جمعی از محققان، ۱۴۰۱: ۱۷۱). حضرت



علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «إِيَّاكُمْ وَ تَرْوِيجَ الْحَمَقَاءِ؛ فَإِنَّ صُحْبَتَهَا بَلَاءٌ، وَ وُلْدَهَا ضِيَاعٌ؛ از ازدواج با زن کم خرد بپرهیزید؛ چرا که همراهی او بلاست و فرزندانش تباه» (کلینی، ۱۳۸۸: ۵/۳۵۴). به این ترتیب می‌توان گفت فرآیند تربیت قبل از تولد و قبل از مرحله همسرگزینی آغاز می‌شود. لذا همسرگزینی و متغیرهای دخیل در آن بر سرنوشت معنوی نسل‌های آتی اثر می‌گذارد؛ یعنی نحوه ازدواج، اصول و معیارهای همسرگزینی، صفات و ملاحظات طرفینی می‌تواند مسیر سلامت نسل آینده را به سمت مطلوب یا انحراف بکشاند. از هر پدر و مادری فرزندان معناگرا و از حیث معنوی سالم زاده نمی‌شوند، بلکه از پدران و مادرانی فرزندان سالم معنوی به دنیا می‌آیند که بسترهای تکامل معنوی فرزند را مهیا کرده باشند (ساجدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۸۸).

ب) مراقبت‌های معنوی پس از ازدواج

دامنه مراقبت‌های معنوی پس از ازدواج، تمام ساحت‌های وجودی، روانی و رفتاری را در بر می‌گیرد؛ چنانکه امام سجاد علیه السلام ترسیم کرده‌اند: «أَنَّهُا وَقْتُكَ بِسَمْعِهَا وَ بَصَرِهَا وَ يَدِهَا وَ رِجْلِهَا وَ شَعْرِهَا وَ بَشَرِهَا وَ جَمِيعَ جَوَارِحِهَا مُسْتَبْشِرَةً بِذَلِكَ فَرِحَةَ مُوَالَيْتَةٍ» (ابن شعبه حرانی، ۱۳۹۶: ۲۶۳). هر یک از اعضاء و جوارح مادر و نیز تمام حالات و روحيات او بر معنویت فرزند اثر می‌گذارد. همچنین بخشی از بار مراقبت‌های معنوی پس از ازدواج نیز بر عهده پدران است. ایشان می‌توانند با درآمد پاک، اخلاق نیکو و رفتار درست، زمینه ارتقای معنوی فرزندان را فراهم سازند (ساجدی و همکاران، ۱۴۰۲: ۱۰۰). به‌طور کلی در خصوص مراقبت‌های معنوی پس از ازدواج می‌توان به مواردی چون پاکی مال، پاکی فکر، تقویت گرایش‌های الهی، پاکی چشم، روابط اجتماعی سالم، دقت در تغذیه، دقت در زمان و مکان روابط جنسی، مراقبت روحی و انجام امور عبادی اشاره نمود.

ج) مراقبت‌های امور عاطفی

زندگی انسان در تمام مراحل، تحت تأثیر عواطف اوست و رفتارهای فردی و اجتماعی فرد به طرق مستقیم یا غیرمستقیم متأثر از مؤلفه‌های عاطفی و روانی اوست (سلاجقه، ۱۳۹۲: ۴). انسان برای دستیابی به سلامت معنوی، باید بتواند احساسات و عواطف خود را مدیریت کند و در مسیر درستی هدایت کند (جمعی از محققان، ۱۴۰۱: ۱۷۳). حالات عاطفی فرد در زمان کودکی او شکل می‌گیرد، از اینرو حالات احساسی و عاطفی والدین بیشترین تأثیر را بر آن دارد؛ حالاتی چون شادی و غم، امید و یأس، حیرت و تعجب، ترس و خشم و امثالهم. از این‌رو در ادامه با توجه به محور نوشتار حاضر، به بررسی برخی از مؤثرترین این امور عاطفی در کلام امیرالمؤمنین علیه السلام می‌پردازیم:



- شادی و غم

حضرت علیه السلام در نامه خود به ابن عباس می‌فرماید: «فَإِنَّ الْمَرْءَ قَدْ يَسْرُهُ دَرْكُ مَا لَمْ يَكُنْ لِيَفُوتَهُ، وَ يَسُوُّهُ فُوتُ مَا لَمْ يَكُنْ لِيُدْرِكَهُ؛ فَلْيَكُنْ سُرُورُكَ بِمَا نَلْتَ مِنْ آخِرَتِكَ وَ لِيَكُنْ أَسْفُكَ عَلَى مَا فَاتَكَ مِنْهَا؛ وَ مَا نَلْتَ مِنْ دُنْيَاكَ فَلَا تُكْثِرْ بِهِ فَرَحًا، وَ مَا فَاتَكَ مِنْهَا فَلَا تَأْسَ عَلَيْهِ جَزَعًا، وَ لِيَكُنْ هَمُّكَ فِيمَا بَعْدَ الْمَوْتِ؛ مَرَدٌ رَا شَادٌ مِي نَمَائِد رَسِيدِن بَه أَنچَه كَه (مَقْدَر) نَبُودَه اسْت از دَسْت بَدَهْد، وَ اَنْدُوَهَنَاك مِي سَازد او رَا دَر نِيَا فْتَن أَنچَه كَه (شَايِسْتَه) نَبُودَه اسْت دَرِيَا بَد سُوْد وَ زِيَان دُنْيَا رَا بَاعْث قَضَاء وَ قَدْر اسْت، نَه سَعِي وَ كُوشِش دَر بَه دَسْت آوَرْدِن سُوْد وَ نَه نَادِرْسْتِي اَنْدِيشَه وَ تَنبَلِي دَر زِيَان بَرْدِن، وَلِي مَرْدَم بَا بَصِيرَت وَ بِيْنَايِي نَمِي نَگَرِنْد وَ نَمِي دَانِنْد سُوْد وَ زِيَان بَه هَر كَه مَقْدَر شُدَه خَوَاهْد رَسِيد وَ بَه أَنچَه از دُنْيَا از دَسْت رَفْتَه وَ اَنْدُوَهْگِيْن وَ نَاشْكِيْبَا مَبَاش، وَ بَايَد كُوشِش تُو دَر كَار بَعْد از مَرگ بَاشَد» (نهج البلاغه، نامه ۲۲).

طبق فرمایش حضرت علیه السلام سرور و شادی انسان نباید نسبت به مواهب مادی دنیا که در دسترس او قرار می‌گیرد باشد، و غم و اندوه او نباید مربوط به مواهبی باشد که از دست می‌رود، بلکه سرور و شادی او باید تنها در نیل به مواهب معنوی و اخروی، و تأسف و اندوه او به جهت از دست رفتن آنها باشد (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۱ / ۲۷۰).

همان‌طور که می‌بینیم در این نامه حضرت علیه السلام ابن عباس را از دو کار نهی فرموده است: نخست آنکه نسبت به آنچه از امور دنیا به دست می‌آورد غره و شاد نشود و دیگر آنکه درباره امور دنیا که از او فوت شده تأسف نخورد. این فراز اشاره به آن دارد که آنچه از امور دنیا به دست می‌آید یا از دست می‌رود، امری حتمی در قضای الهی است، بنابراین رسیدن به آن یا از دست دادنش شایسته خوشحالی و شادی یا اندوه و تأسف زیاد نیست (ابن میثم، ۱۳۷۵: ۴ / ۶۹۳).

خداوند نیز در قرآن کریم می‌فرماید: «مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا، إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ» لَكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَ لَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَ اللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ؛ هِيچ گَزَنْد وَ آسِيْبِي دَر زَمِيْن وَ دَر وَجُود خُودَتَان رُوي نَمِي دَهْد مَگَر پِيْش از اَنَكِه اَن رَا بَه وَجُود آوَرْدِيْم دَر كِتَابِي ثَبْت اسْت، بِي تَرْدِيد اِيْن بَر خُدا آسَان اسْت. تَا اَبَا يَقِيْن بَه اِيْنَكِه هَر گَزَنْد وَ آسِيْبِي وَ هَر عَطَا وَ مَنعِي فَقَط بَه اِرَادَه خُدا اسْت وَ شَمَا رَا دَر اَن اَخْتِيَارِي نِيْسْت [بَر أَنچَه از دَسْت شَمَا رَفْت، تَأْسَف نَخُورِيْد وَ بَر أَنچَه بَه شَمَا عَطَا كَرْدَه اسْت، شَادَمَان وَ دَلخُوش نَشُويْد، وَ خُدا هِيچ گَرْدَنكَش خُودَسْتَانِي رَا دُوسْت نَدَارَد] (حدید/ ۲۲ و ۲۳).

- امید و یأس

حضرت علیه السلام در خصوص ناامیدی می‌فرماید: «أَعْظَمُ الْبَلَاءِ انْقِطَاعُ الرَّجَاءِ؛ بزرگترین بلاء ناامیدی است» (غررالحکم، ج ۱، ص ۴۵۷). همچنین در جای دیگر می‌فرماید: «عَجِبْتُ لِمَنْ يَقْنَطُ وَمَعَهُ الْاِسْتِغْفَارُ؛ عجب دارم برای کسی که (از آمرزش خداوند) نومید می‌شود در حالی که با او (برای گناهانش) استغفار و طلب آمرزش هست» (نهج البلاغه، حکمت ۸۷).

یأس از رحمت خدا بالاترین گناهان است، زیرا کسی که از رحمت حق مأیوس شود از هیچ گناهی ایابی ندارد و چنان رفتار می‌کند که گویی «آب از سر او گذشته است». از این رو نومیدی خطرناک‌ترین راه نفوذ شیطان در دل آدمی است و می‌تواند او را آلوده هر گونه گناهی سازد (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۵/ ۴۶۲). در مقابل، استغفار، بازدارنده از گناهان است که باید با پشیمانی از آن ارتکاب به گناه همراه با امید به آمرزش الهی همراه باشد؛ چنانکه گفته شده است: هر کس آمرزش‌خواهی را بر پشیمانی از گناه مقدم بدارد، بدون اینکه بداند، خدا را مسخره کرده است (ابن ابی الحدید، ۱۳۷۵: ۷/ ۳۰۲).

خداوند نیز در قرآن کریم با صراحت می‌گوید: «... إِنَّهُ لَا يَأْسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ؛ ... از رحمت خدا مأیوس نباشید؛ زیرا جز مردم کافر از رحمت خدا مأیوس نمی‌شوند» (یوسف/ ۸۷). فخر رازی در این خصوص می‌گوید: «یأس از رحمت الهی حاصل نشود مگر وقتی که انسان معتقد باشد که ذات احدیت سبحانی قدرت مطلقه ندارد، یا عالم به جمیع معلومات نباشد، یا بخیل باشد و هر یک از این سه موجب کفر است و یأس هم متوقف به یکی از آنها، پس نومیدی وقوع نیابد مگر کسی که کافر باشد» (شاه عبدالعظیمی، ۱۳۶۳: ۶/ ۲۸۰). می‌توان گفت امیدواری اسباب توکل را فراهم می‌سازد و این خود موجب ارتقای سلامت معنوی می‌شود.

- خشم و بردباری

حضرت علیه السلام می‌فرماید: «إِذَا احْتَشَمَ الْمُؤْمِنُ أَخَاهُ، فَقَدْ فَارَقَهُ؛ هرگاه مؤمن برادر (دوست) خود را به خشم آورد (یا شرمنده گرداند) پس با او جدایی نموده است» (نهج البلاغه، حکمت ۴۸۰). این عبارت مقدمه صغرا برای قیاس مضمربی است که امام علیه السلام بدان وسیله مؤمن را از خشمگین ساختن برادر خویش برحذر داشته است. یعنی اگر مؤمنی، برادر مؤمن خود را خشمگین و یا شرمنده کند، این عمل باعث نفرت و عدم انس با وی می‌گردد، و این خود از انگیزه‌ها و عوامل تفرقه و جدایی است. عبارتی نیز که به منزله کبرای این قیاس است، عبارت است از: چون جدایی



از برادر جایز نیست، پس خشمگین ساختن او روا نیست. توفیق و مصونیت از خطا به دست خداست (این میثم، ۱۳۷۵: ۵/ ۷۹۲).

در سیره علوی خشونت به هیچ وجه جایگاهی ندارد. حضرت ﷺ در این زمینه به یکی از فرماندهان خود با نام شریح بن هانی می‌فرماید: «... لَنْزَوْتَكَ عِنْدَ الْحَفِیْظَةِ وَأَقِمَّا قَامِعًا!...» و برآشفتگی-ات را هنگام خشم دورکننده باش» (نهج/البلاغه، نامه ۵۶).

حضرت ﷺ در این عبارت کوتاه اندرز مهمی می‌دهد: اینکه «در مقابل نفس سرکش، مانع و رادع و به هنگام خشم و غضب بر نفس خویش مسلط و غالب باش و ریشه‌های هوا و هوس را قطع کن» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۴/ ۱۸۶)

قرآن کریم نیز در آیات متعددی به پیشگیری و درمان عصبانیت و خشم تشویق کرده و می‌فرماید: «الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» آنان که در گشایش و تنگ دستی انفاق می‌کنند، و خشم خود را فرو می‌برند، و از اخطاهای مردم درمی‌گذرند؛ و خدا نیکوکاران را دوست دارد» (آل عمران/ ۱۳۴).

خشم و غضب از خطرناک‌ترین حالات روانی است که اگر جلوی آن گرفته نشود، به شکل نوعی جنون و دیوانگی و از دست دادن هر نوع کنترل رفتار خودنمایی می‌کند و بسیاری از گناهان و اشتباهات را رقم می‌زند که آدمی یک عمر باید کفاره و جریمه آن را بپردازد و در خسران به سر برد. فرو بردن خشم با آنکه امری پسندیده و اخلاقی است، اما به تنهایی کافی نیست، زیرا ممکن است کینه و عداوت را از قلب انسان ریشه‌کن نکند. پس از این‌رو «کظم غیظ» باید با «عفو و بخشش» توأم گردد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۳/ ۹۷). امام باقر ﷺ می‌فرماید: «مَنْ كَظَمَ غَيْظًا وَهُوَ يَقْدِرُ عَلَى إِمْضَائِهِ حَسَا اللَّهُ قَلْبَهُ أَمْنًا وَإِيمَانًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ» کسی که خشمی را فرو خورد در حالی که می‌تواند آن را اعمال کند، خداوند در روز قیامت دلش را از آرامش و ایمان پر می‌کند» (کلینی، ۱۳۸۸: ۲/ ۶۸۴).

د) مراقبت‌های امور فرهنگی

از مهم‌ترین ابزارهای تربیت و پرورش مطلوب، می‌توان به تربیت فرهنگی اشاره نمود. فلسفه وجودی تربیت فرهنگی در واقع زمینه رشد توانمندی‌های فطری را فراهم می‌سازد و نمی‌گذارد عوامل محیطی و نظام‌های فرهنگی و تربیتی غیرصحيح در فرد تأثیر منفی بگذارد و او را به بیراهه بکشاند و موجب خسران گردد (نجفی و دیگران، ۱۳۹۴: ۴). این بعد از تربیت و مراقبت، در کلام و سیره علوی نیز همواره مورد توجه و تأیید بوده است که در زیر به آن می‌پردازیم:

- تفریح و سرگرمی

در آیات و روایات متعددی به مسئله تفریح و نشاط، برنامه‌ریزی برای لذت بردن، سرگرمی، مسافرت و ... سفارش شده است؛ چنانکه ذیل آیه «... وَلَا تَتَسَوَّيْكَ مِنَ الدُّنْيَا...» و سهم خود را از دنیا فراموش مکن» (قصص / ۷۷)، از حضرت علی (ع) نقل شده است: «لَا تَتَسَوَّيْكَ وَ قُوَّتِكَ وَ فَرَاعَكَ وَ شَبَابَكَ وَ نَشَاطَكَ أَنْ تَطْلُبَ بِهَا الْآخِرَةَ؛ سلامتی بدن و توانایی آن و فراغت و جوانی و نشاط را فراموش نکن و به‌وسیله آنها آخرت را طلب کن» (مجلسی، ۱۳۶۲: ۱۷۷/۶۸). همچنین در حدیثی از پیامبر (ص) آمده است: «سَافِرُوا تَصِحُّوا سَافِرُوا تَغْنَمُوا؛ سفر کنید تا تندرست باشید» (برقی، ۱۳۷۱: ۲/۳۴۵).

بر این اساس با توجه به اینکه برنامه‌ریزی برای تفریح و نشاط، از امور محبوب نزد خدای متعال است و باعث ارتقای سلامت روان می‌شود، می‌توان گفت که یکی از راهکارهای مؤثر در مراقبت‌های فرهنگی و ارتقای سلامت معنوی در کودکان می‌باشد.

- علم و دانش

حضرت علی (ع) می‌فرماید: «یا کمیل! معرفة العلم دین یدان به، به یکسب الانسان الطاعة فی حیاته، و جمیل الأحداث بعد وفاته؛ ای کمیل! آشنایی با علم و تحصیل آن دین است که به سبب آن (در روز رستاخیز) جزاء و پاداش داده می‌شود، انسان در زندگی خود با علم طاعت و پیروی (از خدا و رسول (ص) و ائمه (ع)) و پس از مرگ پسندیده‌گویی‌ها (که مردم در باره‌اش می‌گویند) به‌دست می‌آورد» (نهج البلاغه، حکمت ۱۴۷). با توجه به این کلام امیر (ع) باید گفت دانش صاحب خود را از گرفتاری‌های دنیا و آخرت نگهداری می‌کند و آشنایی با دانش، خود دیانت است؛ یعنی تحصیل دانش، خود روش دینداری است و آدمی می‌تواند به‌وسیله آن مردم را تحت فرمان درآورده و چه در زندگی و چه پس از مرگ، نام نیک کسب کند. این دو از جمله فضایل خارجی علمند (ابن میثم، ۱۳۷۵: ۵/۵۴۷). چراکه تأثیر و ساخته و پرداخته علم از میان نمی‌رود و همواره در نفس ناطقه باقی است و لذت عقلی امری دائمی است. آن حضرت (ع) نیز اشاره می‌کند: آدمی با کسب دانش در زندگی، اطاعت و فرمانبرداری خدا را می‌آموزد؛ یعنی هر کس به راستی عالم باشد مطیع خداوند متعال است (ابن ابی الحدید، ۱۳۷۵: ۷/۳۶۳). خداوند نیز در قرآن می‌فرماید: «... يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ...؛ خداوند کسانی را که ایمان آورده‌اند و کسانی را که علم به آنان داده شده، درجات عظیمی می‌بخشد» (مجادله / ۱۱). این خود قرینه و شاهدی عقلی است بر اینکه مراد از این‌هایی که موهبت علمشان داده، علمایی



از مؤمنین هستند. بنابر این آیه شریفه دلالت می‌کند بر اینکه مؤمنین دو دسته‌اند: آنهایی که تنها مؤمنند و آنهایی که هم مؤمنند و هم عالم (طباطبایی، ۱۳۷۸: ۱۹/۳۲۷). تخصیص اهل علم با آنکه از جمله مؤمنانند، به جهت زیادتای اختصاص، یعنی بلند گرداند درجات مؤمنان را به نصرت و نام نیک در دنیا، و به اعطای غرف عالی در جنان، خصوصاً اهل علم را که درجات ایشان را بلندتر گرداند از درجات مؤمنان که بی‌علم باشند. پس مؤمن عالم، افضل باشد از مؤمن بی‌علم (شاه عبدالعظیمی، ۱۳۶۳: ۱۳/۷۰).

پس نتیجه می‌گیریم علم و دانش، اثرات مثبتی بر ارتقاء کمی و کیفی زندگی افراد دارد و افراد دارای علم بهتر می‌توانند به وظایفشان عمل کنند و قادر به حل مشکلات فردی و اجتماعی خود خواهند بود. لذا والدین با استفاده از تجارب و معارف خود می‌توانند نسلی عالم و صالح پرورش دهند.

- انتخاب دوست

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «أَعْزُ النَّاسِ مَنْ عَزَّ عَنِ اكْتِسَابِ الْإِخْوَانِ، وَأَعْزُ مِنْهُ مَنْ ضَيَّعَ مَنْ ظَفَرَ بِهِ مِنْهُمْ؛ ناتوان‌ترین مردم کسی است که از دوستیابی ناتوان باشد، و ناتوان‌تر از او کسی است که از دست بدهد دوستی از یاران را که به‌دست آورده است» (نهج‌البلاغه، حکمت ۱۲). شک نیست که یکی از مهمترین سرمایه‌های انسان در زندگی، داشتن دوستان و یاران واقعی و صمیمی است. این سرمایه نه تنها برای یاری کردن فرد در برابر مشکلات، بلکه برای انس گرفتن و بهره‌مندی از تجربه‌ها و نظرات او ضروری است. حال آنکه به‌دست آوردن دوستان خوب کار آسانی است و نه همچون به‌دست آوردن مال که احتیاج به تلاش و کوشش فراوان و گاه سرمایه‌گذاری‌های کلان دارد است و نه همچون مقام که به‌دست آوردنش نیاز به روابط اجتماعی قوی دارد، بلکه با سرمایه‌گذاری گشاده‌رویی، ادب و حسن معاشرت حاصل می‌شود. اینکه امام علیه السلام در عبارت فوق کسی را که دوستی داشته و بعد از دست داده، ناتوان‌ترین شخص می‌شمرد از آن‌روست که پیدا کردن دوست به راحتی نیست (ابن میثم، ۱۳۷۵: ۵/۴۱۶).

همچنین حضرت علیه السلام درباره اهمیت «دوستی» می‌فرماید: «... وَ الْمَوَدَّةُ قَرَابَةُ مُسْتَفَادَةٍ...؛ و دوستی، نوعی خویشاوندی اکتسابی است» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۱۱). خویشاوندی گاه از طریق روابط خانوادگی حاصل می‌شود ولی گاه از طریق روابط عاطفی دوستانه شکل می‌گیرد و دو نفر با آنکه هیچ رابطه و نسبت خونی و خانوادگی با هم ندارند چنان به هم نزدیک و صمیمی می‌شوند که دو برادر یا خواهر چنین‌اند. در واقع این‌گونه دوستی‌ها نوعی خویشاوندی اکتسابی است؛



چنانکه امیرمؤمنان (ع) می‌فرماید: «الصَّدِيقُ أَقْرَبُ الْأَقَارِبِ؛ دوست، نزدیک‌ترین خویشاوندان است». همچنین در حدیث دیگری از ایشان آمده است: «مَنْ لَصَدِيقٍ لَهُ لَا ذَخْرَ لَهُ؛ کسی که دوستی ندارد اندوخته‌ای (برای مبارزه با مشکلات) ندارد» (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۷/۲۵۰).

نکته مهم در این میان، تأثیر زیاد دوست بر شخصیت انسان است که در سوره فرقان خداوند به آن اشاره کرده و حال برخی ظالمان را این‌گونه بیان فرموده است: «وَيَوْمَ يَعْصِي الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلًا» يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا؛ و روزی که ستمکار، دو دست خود را از شدت اندوه و حسرت به دندان می‌گزد [او] می‌گوید: ای کاش همراه این پیامبر راهی به سوی حق بر می‌گرفتم، ای وای، کاش من فلانی را [که سبب بدبختی من شد] به دوستی نمی‌گرفتم» (فرقان/ ۲۷ و ۲۸). در تفسیر نمونه در باب نقش دوست در سرنوشت انسان آمده است: بدون شک عامل سازنده شخصیت انسان بعد از اراده و خواست و تصمیم او امور مختلفی است که از اهم آنها همنشین و دوست و معاشر است، چرا که انسان خواه ناخواه تأثیرپذیر است و بخش مهمی از افکار و صفات اخلاقی خود را از طریق دوستانش می‌گیرد. این، هم از نظر علمی و هم از طریق تجربه و مشاهدات حسی به ثبوت رسیده است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۷۲/۱۵). پس آدمی باید از همنشینی با افرادی که به نوعی دشمنان دوستنما بوده و در پی منحرف کردن وی و از میان بردن سلامت معنوی او هستند، دوری کند از این‌رو والدین در راستای مراقبت‌های فرهنگی خود باید بستر و فضای لازم را برای همنشینی فرزند با دوستان خوب فراهم سازند (موحدی راد، ۱۴۰۱: ۲۰۱).

هـ) مراقبت‌های دینی

یکی از راهکاری‌های تقویت سلامت معنوی در کودک، تقویت باورهای دینی در اوست. امروزه که در معرض طوفان‌های شک‌گرایی دینی و تعارضات مختلف هستیم، می‌توان با به‌کارگیری درست این مراقبت تربیتی به سلامت از این گذرگاه عبور کرد و شاهد تربیت خدامحور کودکان بود.

- توکل به خدا

هنگامی که حضرت علی (ع) در جنگ جمل پرچم لشکر را به فرزندشان -محمد بن حنفیه- سپرد، به او چنین فرمود: «تَزُولُ الْجِبَالُ وَلَا تَزُلُّ، غَضٌّ عَلَى نَاجِذِكَ، أَعَرَ اللَّهُ جُمُجْمَتَكَ، تَدُ فِي الْأَرْضِ قَدَمَكَ، أَرَمَ بَصْرِكَ أَقْصَى الْقَوْمِ وَ غَضٌّ بَصْرَكَ، وَ أَعْلَمُ أَنَّ النَّصْرَ مِنْ عِنْدِ اللَّهِ سُبْحَانَهُ؛ کوهها از جا کنده شوند تو از جای خود حرکت مکن، دندان روی دندان بنه، کاسه سرت را به خدا عاریه ده، پای خود را چون میخ در زمین بکوب، چشم بیانداز تا انتهای لشکر را ببینی، و چشم خود را بپوش و بدان فتح و پیروزی از جانب خداوند سبحان است» (نهج البلاغه، خطبه ۱۱). پس آنچه



مهم است اراده خداست که پیروزی و نصرت از آن سرچشمه می‌گیرد، بر او دل بند و به او تکیه کن و موفقیت نهایی را از او بخواه که او بر هر چیزی قادر و تواناست و نسبت به بندگان با ایمان و مجاهد، رحیم و مهربان است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱/۵۱۶). به این ترتیب حضرت ﷺ با توجه دادن و تأکید کردن بر توکل بر خداوند، فرزندان را متوجه این مسئله کردند که پیروزی از جانب خداست چنانکه خداوند فرموده است: «وَمَا جَعَلَ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَى لَكُمْ وَلِتَطْمَئِنَّ (انفال/ ۱۰) و به این وسیله ثبات اعتماد به خدا را با توجه به آیه «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِن تَنصُرُوا اللَّهَ» (محمد/ ۷) تأکید فرمودند (ابن میثم، ۱۳۷۵: ۱/۵۷۲).

همچنین حضرت ﷺ در وصیت به فرزندان امام حسن مجتبی ﷺ می‌فرماید: «وَأَلْجَى نَفْسَكَ فِي الْأُمُورِ كُلِّهَا إِلَى إِلَهِكَ فَإِنَّكَ تُلْجِئُهَا إِلَى كَهْفٍ حَرِيْرٍ وَمَنْعٍ عَزِيزٍ؛ در تمام کارهایت خود را به خدا بسپار که اگر چنین کنی خود را به پناهگاهی مطمئن و نیرومند سپردی» (نهج/البلاغه، نامه ۳۱). همچنین در سوره طلاق بر اهمیت توکل چنین اشاره شده است: «وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا؛ و او را از جایی که گمان نمی‌بری روزی می‌دهد، و کسی که بر خدا توکل کند، خدا برایش کافی است، خدا فرمان و خواسته‌اش را [به هر کس که بخواهد] می‌رساند؛ یقیناً برای هر چیزی اندازه‌ای قرار داده است» (طلاق/ ۳).

حقیقت توکل این است که انسان بداند مخلوق نه زیان می‌رساند و نه نفع، نه عطا می‌کند و نه می‌ستاند، چشم امید از خلق بردارد و به خالق بدوزد. هنگامی که چنین شود، انسان جز برای خدا کار نخواهد کرد، به غیر او امید ندارد، از غیر او نمی‌ترسد، و دل به کسی جز او نمی‌بندد، این روح توکل است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۲۴/۲۳۹).

رابطه معناداری میان توکل و سلامت روانی وجود دارد. از جمله این آثار می‌توان به اعتماد به نفس، امیدواری و عزت نفس اشاره کرد (موحدی راد، ۱۴۰۱: ۷۷). از این رو می‌توان میزان موفقیت والدین در ایجاد روحیه توکل در فرزندان را از عوامل مؤثر در ارتقای سلامت معنوی کودکان دانست.

- انس با نماز

نماز به عنوان یکی از بهترین عبادات، آثار قابل توجهی بر تربیت فرزندان اعم از: تأثیر بر اخلاق، رفع اضطراب، اعتماد به نفس و وقت‌شناسی و ... دارد و با حضور در محضر خدا و انس با نماز انواع فضایل و کمالات برای خانواده مهیا می‌گردد و در سایه آرامش و سلامت روانی حاصل از آن، رشد و کمال برای ایشان رقم می‌خورد (چاخارلو، ۱۳۹۷: ۳).



حضرت علیه السلام در خصوص نماز و اهمیت آن در وصیت نامه خویش می‌فرماید: «... اللَّهُ اللَّهُ فِي الصَّلَاةِ فَإِنَّهَا عَمُودُ دِينِكُمْ...؛ و از خدا بترسید، از خدا بترسید، درباره نماز که ستون دین شماست» (نهج/البلاغه، نامه ۴۷). تعبیر «ستون دین» برای نماز به طور گسترده در روایات معصومین علیهم السلام آمده است؛ چنانکه پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «إِنَّ عَمُودَ الدِّينِ الصَّلَاةُ وَ هِيَ أَوَّلُ مَا يُنْظَرُ فِيهِ مِنْ عَمَلِ ابْنِ آدَمَ فَإِنْ صَحَّتْ نُظِرَ فِي عَمَلِهِ وَإِنْ لَمْ تَصَحَّ لَمْ يُنْظَرْ فِي بَقِيَّةِ عَمَلِهِ؛ نماز ستون دین است و آن نخستین چیزی از اعمال انسان است که (در قیامت) به آن نظر می‌شود. اگر نماز صحیح بود به سایر اعمال (خوب او) رسیدگی می‌شود و اگر صحیح نبود به سایر اعمال او توجه نخواهد شد.» (مجلسی، ۱۳۶۲: ۲۲۷/۷۹). دلیل آن این است که نماز، انسان را پیوسته به یاد خدا می‌اندازد و روح تقوا را در فرد زنده نگه می‌دارد، لذا او را از فحشا و منکرات و ترک طاعات باز می‌دارد و به این ترتیب خیمه دین برپا می‌ماند. اما ترک نماز، انسان را به خدا فراموشی می‌کشاند و آن کس که خدا را فراموش کند، آلوده هر منکر و خلافی می‌شود (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۱۳/۱۸۱).

حضرت علی علیه السلام در جای دیگر می‌فرماید: «تَعَاهَدُوا أَمْرَ الصَّلَاةِ وَ حَافِظُوا عَلَيْهَا وَ اسْتَكْثَرُوا مِنْهَا وَ تَقَرَّبُوا بِهَا، فَإِنَّهَا «كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا»؛ أَلَا تَسْمَعُونَ إِلَى جَوَابِ أَهْلِ النَّارِ حِينَ سَأَلُوا: «مَا سَلَكَكُمْ فِي سَقَرٍ؟ قَالُوا لَمْ نَكُ مِنَ الْمُصَلِّينَ»؛ وَ إِنَّهَا لَتَحْتَ الذُّنُوبِ حَتَّى الْوَرَقِ وَ تَطْلُقُهَا إِطْلَاقُ الرَّبِّ...؛ امر نماز را مراعات کنید که معراج مؤمن و ستون دین و نخستین چیزی است که در قیامت از بنده باز پرس می‌شود، اگر قبول شد، سایر اعمال پذیرفته است، و اگر به حساب نیامد، هیچ یک از اعمال سودی ندارد و آن را محافظت نمایید، از وقت فضیلت آن غافل نمانید و بسیار به جا آورید و به وسیله آن (به خدا) نزدیک شوید، ... نماز گناهان را می‌ریزد مانند ریختن برگ (از درخت) و رها می‌کند، مانند رها کردن بندها ...» (نهج/البلاغه، خطبه ۱۹۹). ایشان در این گفتار، به مسئله نماز و اهمیت آن و همچنین به کیفیت عالی و کمیت کافی آن اشاره کرده و نماز را وسیله نجات در آخرت و سبب پاکی از گناهان در دنیا و شستشوی جان و دل از رذائل اخلاقی می‌شمرد (مکارم شیرازی، ۱۳۸۸: ۴۶۳/۹). یکی از مهمترین آثار نماز، بیدار ساختن انسان و پایان دادن به خودفراموشی است. توجه به مقدمات نماز (اعم از طهارت و وضو) که انسان را به پاکی جسم و جان دعوت می‌کند و نیز دیگر شرایط آن مانند پاک و حلال بودن لباس و محل گزاردن نماز و توجه قلبی به خدا و ارکان و محتوای آیات و اذکار و تعقیبات آن، دید و فهم انسان را درباره اهمیت این عبادت عظیم گسترش می‌دهد و نشان می‌دهد که نماز چه نقش مهمی در تربیت انسان و رساندن او به جوار قرب الهی در



سیر و سلوک معنوی دارد (همان، ص ۴۷۳). خداوند در قرآن می‌فرماید: «حَافِظُوا عَلَى الصَّلَوَاتِ وَالصَّلَاةِ الْوُسْطَىٰ وَقُومُوا لِلَّهِ قَانِتِينَ؛ بر همه نمازها و به‌ویژه نماز میانه [نماز ظهر] محافظت کنید، و [هنگام عبادت] فروتنانه برای خدا قیام کنید» (بقره/ ۲۳۸).

به این ترتیب می‌بینیم که رابطه مستقیمی میان نماز و سلامت معنوی وجود دارد. در واقع نماز با ارائه یک الگوی جامع از روابط انسان با خود، خدا و جهان پیرامون، سلامت و کمال اجتماعی را نه فقط حق انسان بلکه در زمره تکالیف الهی او به‌شمار آورده و از این‌رو می‌تواند هم در کمال فردی و هم در کمال اجتماعی مؤثر باشد (سعیدیان جزی، ۱۳۹۶: ۳۴). لذا والدین باید با بسترسازی مناسب، اسباب انس فرزندان با نماز را فراهم آورند و با نهادینه ساختن آن در کانون خانواده، سبب ارتقاء سلامت معنوی فرزندان گردند.

منابع اسلامی بر این حقیقت تأکید دارند که خانواده، مهمترین عامل انتقال ارزش‌های دینی و اخلاقی به فرزندان است؛ چراکه فرهنگ حاکم بر خانواده، بر بینش و کنش فرزندان تأثیر دارد و شاکله شخصیتی آنها را شکل می‌دهد. لذا سلامت معنوی خانواده و ارتقای آن می‌تواند راهی برای رشد سلامت معنوی در کودکان باشد.

نتیجه‌گیری

در نوشتار حاضر عوامل مؤثر بر سلامت معنوی کودکان با محوریت کلام امیرالمؤمنین (علیه السلام) مورد بررسی قرار گرفت و نشان داده شد که ایجاد و ارتقای سلامت معنوی در فرزندان، امری است که نیازمند مراقبت‌های متعدد در ابعاد مختلف زندگی است. این مراقبت‌ها از توجه به جوانب معنوی در دو مرحله پیش از ازدواج و پس از ازدواج آغاز می‌شود و با توجه به امور عاطفی همچون کنترل شادی و غم، امید و یأس، کنترل خشم، توجه به امور فرهنگی همچون تفریح و سرگرمی، علم و دانش، انتخاب دوست مناسب و مراقبت‌های دینی همچون توکل به خدا و انس با نماز مورد استمرار می‌یابد تا بتوان بستر مناسبی جهت ایجاد و تقویت سلامت معنوی برای کودک در خانواده فراهم آورد. نکته مهم در تمام این مراقبت‌ها آن است که والدین با انگیزه الهی و اصلاح اخروی به انجام این امور تربیتی بپردازند تا به‌واقع منجر به سلامت معنوی کودکان گردد، در غیر این‌صورت، تنها با ملتزم شدن به این عوامل بدون انگیزه الهی و اصلاح آخرت، ارتقای سلامت معنوی کودکان محل تردید خواهد بود؛ چنانکه حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید: «صِفَتَانِ لَا يَقْبَلُ اللَّهُ سُبْحَانَهُ الْأَعْمَالُ إِلَّا بِهِمَا : التَّقَىٰ وَالْإِخْلَاصُ؛ دو صفت است که خداوند سبحان اعمال را جز با وجود آنها نمی‌پذیرد: تقوا و اخلاص» (غررالحکم، ۲/ ۵۶۶).

فهرست منابع

۱. قرآن کریم.
۲. نهج البلاغه.
۳. ابن ابی الحدید، عبدالحمید، جلوه تاریخ در شرح نهج البلاغه، تهران: نشر نی، ۱۳۷۵.
۴. ابن شعبه، حسن بن علی، تحف العقول، قم: مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۳۶۳.
۵. ابن میثم، علی، شرح نهج البلاغه، ترجمه محمدرضا عطایی و دیگران، مشهد: بنیاد پژوهشهای اسلامی، ۱۳۷۵.
۶. اصفهانی، سید مهدی، «سلامت معنوی و دیدگاهها»، نشریه اخلاق پزشکی، ش ۱۴، زمستان ۱۳۸۹.
۷. برقی، احمد بن محمد بن خالد، المحاسن، قم: دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱ق.
۸. جمعی از محققان، آشنایی با سلامت معنوی، تهران: انتشارات سمت، ۱۴۰۱.
۹. چاخرلو، جاوید، «بررسی ارتباط نماز با تربیت فرزندان و تقویت بنیان خانواده بر ارتقاء احساس امنیت و سلامت روانی و اجتماعی»، نشریه معارف فقه علوی، شماره معارف فقه علوی سال چهارم، اردیبهشت ۱۳۹۷.
۱۰. دهخدا، علی اکبر، لغتنامه دهخدا، تهران: انتشارات روزنه، ۱۳۷۷.
۱۱. _____، دانشگاه تهران و دانشکده ادبیات و علوم انسانی، ۱۳۳۷.
۱۲. ساجدی و همکاران، به سوی آسمان: سلامتی معنوی کودکان با نگرش اسلامی، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره، ۱۴۰۲.
۱۳. سعیدیان جزی، مریم، «دستاوردهای نماز برای سلامت معنوی و توسعه اجتماعی»، پژوهش های اجتماعی/اسلامی، ش ۱۱۳، تابستان ۱۳۹۶.
۱۴. سلاجقه، بتول، «جایگاه تربیتی- مدیریتی عواطف از دیدگاه امام علی (ع) در نهج البلاغه»، پژوهشنامه نهج البلاغه، ش ۲، تابستان ۱۳۹۲.
۱۵. شاه عبدالعظیمی، حسین، تفسیر اثنی عشری، تهران: نشر میقات، ۱۳۶۳.
۱۶. طباطبایی، محمدحسین، تفسیر المیزان، ترجمه محمدباقر موسوی، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۷۸.
۱۷. علی بن ابی طالب (ع)، غرر الحکم، ترجمه رسولی محلاتی، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۸.
۱۸. عمید، حسن، فرهنگ عمید، تهران: انتشارات امیر کبیر، ۱۳۶۳.
۱۹. قرشی، سید علی اکبر، قاموس قرآن، تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۱۲ق.
۲۰. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، قم: نشر اجدود، ۱۳۸۸.





۲۱. مجلسی، محمدباقر، *بحارالانوار*، بیروت: دار إحياء التراث العربی، ۱۳۶۲.
۲۲. معین، محمد، *فرهنگ فارسی*، تهران: نشر بهزاد و ناهید آقا میرزایی، ۱۳۸۲.
۲۳. مکارم شیرازی، ناصر، *تفسیر نمونه*، قم: نشر دارالکتب الإسلامیة، ۱۳۷۴.
۲۴. -----، *پیام امام امیرالمؤمنین* علیه السلام، قم: انتشارات امام علی بن ابی طالب علیه السلام، ۱۳۸۸.
۲۵. موحدی راد، مسلم، *سلامت معنوی در خانواده*، قم: انتشارات اخلاق و تربیت، ۱۴۰۱.
۲۶. نجفی، حسن؛ وفایی، رضا؛ جعفری هرنندی، رضا، «بازیابی اصول تربیت فرهنگی از آموزه های اسلامی»، *معرفت*، ش ۲۰۹، ۱۳۹۴.