



Original Article



# Effects of Management of Emotions and Feelings by the Wife on Her Physical and Mental Health in the Family with an Approach based on Islamic Psychological Foundations

Sepideh Razi<sup>1\*</sup> , Ali Almasi<sup>2</sup> , Azam Torabi<sup>3</sup> 

1. Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran
2. Department of Islamic Studies, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, Iran
3. Islamic Azad University, Kashan Branch, Kashan, Iran

**Article history:**  
**Received:** 27 August 2023  
**Revised:** 28 August 2023  
**Accepted:** 28 September 2023  
**ePublished:** 01 November 2023

\*Corresponding author: Sepideh Razi  
Kashan University of Medical  
Sciences, Kashan, Iran

Email: [sepidehrazi@gmail.com](mailto:sepidehrazi@gmail.com)

## Abstract

**Background and Objective:** One of the most important subjects that has been discussed in Islamic sources is family, as the main social group. Accordingly, the factors that strengthen or threaten this institution have become very important. Various dimensions of this subject have been investigated in the Quran and hadiths. Moreover, effective psychological solutions for its formation and growth as well as the elimination of its pests have been stated.

**Materials and Methods:** This theoretical research was performed based on the descriptive-analytical method. In addition, the required data were collected using the library-based method by referring to documents, books, and articles.

**Results:** Surveys and studies have shown that the most important factor in maintaining family unity is the wife and the way she manages the expression of emotions and feelings at home. This role has an important impact on the mental health of family members, especially the wife. Expression of affection and love to the wife will lead to the creation of a family full of peace and security, which will protect the husband to a great extent from the evils of society, especially regarding psychological and sexual matters. Individual-social growth, spiritual excellence, psychological security, satisfying sexual needs, and increasing self-esteem are the other important and influential achievements of this approach.

**Conclusion:** Expression of affection and love by a woman to her husband and its management can greatly ensure the health of the family from different aspects and strengthen the foundation of the family. This solidarity, in addition to meeting the needs of husbands and wives, will raise healthy and influential children for society. Finally, this physical-mental health in families, as the first social group, will create a healthy, dynamic, and hopeful society. It will slow down and prevent the spread of many diseases, such as depression, stress, anxiety, and feelings of emptiness, as the root of all these diseases is the lack of love and affection in people.

**Keywords:** Affection, Basics of Islam, Body, Health, Mind, Woman, Wife

**Please cite this article as follows:** Razi, Sepideh. Almasi, Ali.Torabi, Azam. Effects of Management of Emotions and Feelings by the Wife on Her Physical and Mental Health in the Family with an Approach based on Islamic Psychological Foundations. J Religions & Health. 2024; 3(2): 1-6 DOI: 10.32592/jorh.3.2.1



## تأثیرات مدیریت محبت و عاطفه زن بر سلامت جسمی روانی همسر در خانواده با رویکردی بر مبانی روان شناختی اسلامی

سپیده رضی<sup>۱\*</sup> ID، علی الماسی<sup>۲</sup> ID، اعظم ترابی<sup>۳</sup> ID

- ۱- دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران
- ۲- گروه مطالعات اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران
- ۳- دانشگاه آزاد کاشان، کاشان، ایران

### چکیده

**سابقه و هدف:** در منابع اسلامی یکی از مهم ترین‌هایی مسائلی که مورد توجه قرار گرفته، کانون خانواده به عنوان اصلی ترین مجموعه اجتماعی است. این مسئله باعث شده است تا عوامل تحکیم یا تهدید این نهاد نیز از اهمیت بسزایی برخوردار باشد. در قرآن و روایات، ابعاد مختلف این موضوع بررسی شده و راهکارهای روان شناختی مؤثری برای شکل گیری، رشد و رفع آفات آن بیان شده است.

**مواد و روش‌ها:** مطالعه و بررسی این پژوهش از نوع نظری و روش تحقیق به صورت توصیفی تحلیلی است. روش جمع آوری اطلاعات به صورت کتابخانه‌ای و با مراجعه به اسناد، کتب و مقالات صورت پذیرفته است.

**یافته‌ها:** بررسی‌ها و مطالعات نشان می‌دهد که مهم ترین عامل حفظ کبان خانواده، زن و مدیریت عاطفی و محبتی او در خانه است. این نقش تأثیر مهمی بر سلامت روح و روان اعضای خانواده، به خصوص همسر، دارد. ابراز مودت و عشق به همسر به ایجاد کانونی سرشار از آرامش و امنیت منجر خواهد شد و این مسئله مرد را تاحدّ زیادی از آفت‌های اجتماع، به خصوص در مسائل روانی و جنسی، مصون نگاه خواهد داشت. رشد فردی اجتماعی، تعالی معنوی، امنیت روانی، برطرف شدن نیازهای جنسی، افزایش عزت نفس و... از دیگر دستاوردهای مهم و تأثیرگذار این رویکرد است.

**نتیجه گیری:** ابراز محبت و عشق زن به همسر و مدیریت آن می‌تواند تاحدّ زیادی سلامت خانواده را در ابعاد مختلف تأمین کند و بنیان خانواده را مستحکم سازد. این انسجام علاوه بر تأمین نیازهای زن و مرد، فرزندی سالم و تأثیرگذار برای جامعه پرورش خواهد داد و در نهایت این سلامت جسمی روانی در خانواده‌ها به عنوان اولین مجموعه اجتماعی، جامعه‌ای سالم، پویا و امیدوار ایجاد می‌کند و مانع از ایجاد بسیاری از بیماری‌هایی همچون افسردگی، استرس، اضطراب، پوچی و... خواهد شد که ریشه تمام این بیماری‌ها در کمبود محبت و عاطفه در افراد است.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۶/۰۵  
تاریخ ویرایش مقاله: ۱۴۰۲/۰۶/۰۶  
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۷/۰۶  
تاریخ انتشار مقاله: ۱۴۰۲/۰۸/۱۰

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی همدان محفوظ است.

\* نویسنده مسئول: سپیده رضی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

ایمیل: sepidehrazi@gmail.com

**واژگان کلیدی:** زن، عاطفه، سلامت، جسم، روان، همسر، مبانی اسلام

**استناد:** رضی، سپیده؛ الماسی، علی؛ ترابی، اعظم. تأثیرات مدیریت محبت و عاطفه زن بر سلامت جسمی روانی همسر در خانواده با رویکردی بر مبانی روان شناختی اسلامی، مجله بین رشته ای دین و سلامت ابن سینا، پاییز و زمستان ۱۴۰۲، (۲): ۱-۶

### مقدمه

و در نتیجه ابراز محبت دارد. هرچه محبت همسران نسبت به یکدیگر بیشتر و عمیق تر باشد، زندگی خانوادگی از آرامش و لذت بیشتری برخوردار خواهد بود. هنگامی که دو فرد با دو تربیت

ابراز عاطفه و محبت در انسان‌ها به صورت فطری نهادینه شده است. از این رو، همواره انسان‌ها از تنهایی گریزان هستند. تشکیل خانواده به عنوان اولین کانون اجتماعی نشان از رهایی این تنهایی

می‌شود که این دو جنس، مکمل یکدیگر و مایه شکوفایی و نشاط و پرورش هم هستند؛ به‌طوری‌که هریک بدون دیگری ناقص و طبیعی است که میان یک موجود و مکمل وجود او چنین جاذبه نیرومندی وجود داشته باشد. این آرامش خاطر جز به‌وسیله عشق و محبت به دست نمی‌آید [۱]. امام صادق (ع) در تأیید این مدعا می‌فرماید: «اگر کسی را دوست می‌داری، به او اعلام کن که دوستت دارم تا موجب آگاهی و اطمینان خاطر او شود» [۲].

به‌جرت می‌توان گفت بخش اعظم آرامش در خانواده از طریق زن خانه تأمین و حفظ می‌شود. زن که کانون مهر و محبت است، می‌تواند با هنرمندی بی‌نظیر و نایاب خود، هرکدام از اعضای خانواده را به‌گونه‌ای خاص در آغوش پرمهر خود جای دهد و آرامش را برای کل خانواده به ارمغان آورد. زن به‌وسیله قدرتی که خداوند در وجودش قرار داده است، می‌تواند از طریق نفوذ در قلب مرد و محبت به او، به زندگی آرامش دهد. او می‌تواند بهترین مونس و غم‌خوار مرد باشد تا مرد در کنار او آرام گیرد و اندوه و ناگواری زندگی را از یاد ببرد.

یک زن و به‌عبارتی یک همسر خوب، کسی است که با کلام و با رفتار حساب‌شده‌اش، همراه با دلسوزی و عشق قلب مرد را تسخیر کند و هم‌فکری و غم‌خواری خویش را در عمل نشان دهد. بهترین و ظریف‌ترین هنر زن این است که بتواند خواسته‌های مشروع همسرش را در نوع رفتار، غذا، لباس، مهمانداری و استراحت به دست آورد و روابطش را با شوهر براساس آن شکل دهد و این‌گونه با محبت کردن و عشق ورزیدن در تمام رفتار و اعمال خود باعث آرامش همسر خود شود و در نتیجه کانون خانواده آرامش می‌یابد.

البته باید توجه داشت که همکاری همه اعضای خانواده در جهت تأمین آرامش و ایجاد صمیمیت لازم و ضروری است. اما زن با استعداد بالقوه‌ای که خداوند به وی بخشیده است و با هنرنمایی بی‌نظیرش می‌تواند به‌عنوان نقش اول و عامل اصلی در تأمین و گسترش این آرامش روانی ایفای نقش کند [۳].

## ۲- کاستن غم و اندوه و ایجاد احساس شادی و نشاط

محبت و دوستی، گوهر گران‌بهای است که خداوند در نهاد زن و مرد قرار داده است. تنها می‌بایست دو همسر این امر فطری را ابراز کنند تا رابطه دوستانه و صمیمانه آنان بیش‌ازپیش برقرار شود. مرد در عرصه اجتماع با افراد گوناگون و سلاقی مختلف مواجه می‌شود و چه‌بسا اوقاتی مورداهانت قرار گیرد. هنگامی که مرد با کوله‌باری از سختی‌ها به منزل می‌آید، نوع استقبال و برخورد زن در محیط امن خانه می‌تواند مرد را به‌شدت آرام کند و تسکین دهد و همین باعث نشاط او می‌شود. حضرت رضا (ع) می‌فرماید: «اعْلَمُ أَنَّ التَّسَاءُ شَتَّى فَمِنْهُمْ الْغَنَمَةُ وَالْغَرَامَةُ وَهِيَ الْمُتَحَبِّبَةُ لِزَوْجِهَا وَالْعَاشِقَةُ لَهُ؛ بدان که زنان گوناگون‌اند: بعضی زن‌ها دستاوردی گران‌بها و تاوان (رنج‌های آدمی) هستند و این زن کسی است که به شوهرش محبت می‌کند و عاشق اوست» [۴].

متفاوت برای زندگی مشترک در کنار یکدیگر قرار می‌گیرند، نیازمند جوشش پیوسته محبت هستند و این جوشش زمانی مفید است که در گفتار و رفتار خود را نشان دهد. رکن زندگی همسران انس و محبت و همدردی و تفاهم است. در این رابطه، سایه محبت و عاطفه زن در خانه بیشتر نمود دارد و کانون زندگی را روشن و پرفروغ نگه می‌دارد. در خانواده اگر زن با عشق به همسر در مدار فرازونشیب‌های زندگی قرار گیرد، مشکلات اساسی برای او پیش نخواهد آمد. اگر در خانه و زندگی عشق و محبت حاکم نباشد، زندگی سرد و بی‌رمل خواهد شد و سرمنشأ بسیاری از مشکلات خانوادگی و درنهایت اجتماعی را در پی خواهد داشت، در نتیجه، بسیاری از ناسازگاری‌ها ناشی از کمبود یا فقدان محبت است. درحالی‌که در زندگی همراه با محبت، صفا و گذشت، صمیمیت و اخلاص حکم‌فرماست و طرز برخوردها به‌گونه‌ای است که در خانواده آرامش و صلح برقرار است. در این راستا، یکی از شاخص‌های مهم و اثرگذار، نقش محبت و عاطفه زن در خانواده و به‌خصوص در ارتباط با همسر است. ایجاد و مدیریت ارتباط صحیح برپایه عشق و محبت توسط زن به‌عنوان مدیر عاطفی خانواده با همسر می‌تواند باعث شکوفه شدن و درنهایت به ثمر نشستن نهال زندگی شود. بررسی ارکان اصلی و مهم مدیریت عاطفی زن در خانواده در ایجاد سلامت فردی و اجتماعی افراد نقش بسزایی دارد. در ادامه این محورها ارزیابی و تحلیل می‌شود.

## روش کار

با مراجعه به منابع اسلامی اعم از قرآنی و روایی در زمینه تأثیر محبت زن در ایجاد آرامش و سلامت جسمی روانی همسر به‌صورت توصیفی تحلیلی، عنوان اصلی مقاله بررسی و نتیجه مبتنی بر آن محقق شد. روش جمع‌آوری اطلاعات نیز به‌صورت کتابخانه‌ای است و با مراجعه به اسناد، کتب و مقالات انجام شد.

## نتایج

از دیدگاه روان‌شناختی اسلامی، محور اصلی انسجام در خانواده عشق و مودت است که نقش اول آن در خانواده برعهده زن است. اگر این مدیریت با توجه به ذات لطیف و وجود رحمانی زن به‌درستی صورت پذیرد، علاوه بر تأمین نیاز عاطفی، روحی و جسمی خانواده تأثیرات بسیاری بر سلامت جامعه خواهد داشت.

## بحث

### ۱- مودت، عشق و محبت

در زندگی و رابطه میان همسران آنچه مایه سکون و آرامش روان می‌شود، مودت و محبت است. پسر و دختری که براساس فطرت الهی نیازمند یکدیگر هستند، به‌خاطر طبیعت خویش به‌سوی هم جذب شده‌اند و هرکدام معنایی دیگر برای زندگی یافته‌اند و در کنار هم آرامش می‌یابند. این آرامش از آنجا ناشی

علاوه بر زدودن غم از همسر، زن با محبت خویش می‌تواند روحیه‌ای بانشاط به او ببخشد؛ زیرا زن می‌داند که شوهرش تشنه محبت و دوستی اوست. اگر شوهر بداند که محبوب واقعی زنش نیست، احساس بی‌کسی، تنهایی و غربت می‌کند و همیشه پژمرده، غمگین و ناراحت و مضطرب است. لیکن زن مهربان، محبت و دوستی خود را نسبت به شوهرش به زبان می‌آورد و عشق و علاقه خود را در قالب واژه‌های طیب و زیبا و پرمفهوم عینیت می‌بخشد و مهم‌تر از کلمات و واژه‌ها، در ایجاد محبت نسبت به همسر، از تمامی ظرافت‌های زنانه‌اش که برگرفته از جمال حضرت تبارک و تعالی است، بهره می‌گیرد. زن با ابراز عشق و علاقه نسبت به همسر، امید، آرامش و شادی را در خانه همچون چشمه‌ای جوشان ساری می‌سازد و این مدیریت عاطفه چنان حائز اهمیت است که طبق کلام امام محمدباقر(ع) هم‌تراز خواهد بود با شفاعت در پیشگاه حضرت دوست. ایشان می‌فرمایند: «برای زن هیچ شفاعتی در پیشگاه پروردگارش به اندازه رضایت شوهرش ثمربخش و مفیدتر نیست» [۵].

### ۳- عامل موفقیت و ایجاد عزت نفس در همسر

یکی دیگر از تأثیرات این نوع محبت در مرد، رشد اجتماعی او در جامعه است. وقتی زن در زندگی مشترک از محبت کردن به همسرش ابایی ندارد و در همه حال او را مورد مهر و محبت قرار می‌دهد، این منش مرد را به کسب و کار و زندگی علاقه‌مند، دلگرم و امیدوار می‌سازد و شوهرش را به عالی‌ترین مقامات علمی، معنوی، اقتصادی و اجتماعی ارتقا می‌دهد و زمینه رشد و شکوفایی او را در همه کارها فراهم می‌کند و او را از بسیاری از بیماری‌های روانی رایج در عصر حاضر همچون افسردگی و پوچی مصون می‌دارد و باعث ایجاد رغبت و انگیزه بسیار در مرد برای تأمین سعادت و رفاه خانواده می‌شود.

همچنین، این رشد معنوی و اجتماعی به ایجاد عزت نفس مرد منجر می‌شود، چیزی که در روان‌شناسی اسلامی مهره اصلی کرامت انسان و در روان‌شناسی غرب، تکه گم‌شده پازل وجود آدمی است. عزت نفس عاملی است که با محرک‌های بسیاری قابل تغییر، یعنی قابل افزایش یا کاهش، است.

مردان به عنوان پایه و زیربنای خانواده، اگر از ضعف عزت نفس رنج برند، مسلماً این مشکل تبعات گسترده‌ای در خانواده و جامعه و حتی تربیت فرزندان دارد و مهم‌ترین عامل بالا نگه داشتن این نیاز روانی در مرد در گرو محبت و ارتباط عاطفی زن با اوست. محیط خانواده یکی از مکان‌هایی است که علاوه بر مرتفع کردن این نیاز در مرد، ریشه‌های محکمی از عزت نفس را در فرزندان برقرار می‌سازد [۶]. از مهم‌ترین محورهای اصلی ایجاد عزت نفس در همسر توسط زن می‌توان عوامل زیر را نام برد:

- محبت‌های زبانی و رفتاری: زن در رابطه با همسر خود با محبت‌های زبانی و رفتاری، چه در خانه و چه در اجتماع، می‌تواند

به افزایش این احساس کمک کند.

- تشکر و تقدیر از زحمات: زن با تحسین کردن شوهر خود و تقدیر و تشکر از او بر محبت در خانه نسبت به همسر خود می‌افزاید.

- پذیرش شخصیت همسر: عامل دیگر آن است که همسر خود را همان‌گونه که هست، بپذیرد و مشکلات اخلاقی و رفتاری موجود را با مدیریت خود در گذر زمان و با محبت برطرف سازد و از ابتدا سعی در تغییر شخصیت او متناسب با آمال خود نداشته باشد و در این راستا جهت انصاف را رعایت کند.

- احترام به همسر در خانه و جامعه: احترام به همسر و توجه به خواسته‌ها و علایق او می‌تواند در پیشبرد این هدف تأثیر بسزایی داشته باشد.

- عدم مقایسه: یکی از ارکان مهم روان‌شناسی، عدم قیاس افراد با یکدیگر است؛ چراکه الگوی شخصیتی هر فرد برگرفته از عوامل مهم و مختلفی همچون خانواده، مدرسه، دوستان، معلمان، فامیل، استعداد، عوامل ژنتیکی و... است و همین مسئله راه را برای مقایسه افراد با یکدیگر مسدود می‌سازد. البته این مسئله با رشد معنوی، اجتماعی و شخصیتی فرد تنافی ندارد و این امر بر کسی پوشیده نیست؛ چراکه با تلاش رسیدن به اهداف برای افراد میسر است [۷].

### ۴- رشد و تعالی معنوی

طبیعت مرد خواهان شنیدن صدای آرام و زیبا، جالب و جاذب، گیرا و پرمحبت از طرف همسر به عنوان جنس مخالف است. از همین روی، زن با توجه به نقش جاذبه‌های صوتی و گیرایی کلام در ابراز عشق و محبت و ایجاد شور و نشاط و شادابی در همسر، در طول حیات مشترک زندگی می‌تواند با مدیریت این نیاز مهم در همسر خود، وجود او را لبریز از این عشق و محبت کند و این عمل اگر با هدف کسب رضایت و خشنودی حضرت حق صورت پذیرد، مشکلات و مسائل احتمالی این جریان همچون ایجاد توقع را نیز می‌تواند کنترل کند. این عمل باعث برطرف شدن یکی از بزرگ‌ترین آسیب‌های خانواده و جامعه شود؛ چراکه جامعه مملو از آسیب‌ها و خطراتی است که بخش وسیعی از آن در رابطه با جاذبه‌های جنسی در جامعه‌شناسی و روان‌شناسی دسته‌بندی می‌شود. چنانچه زن بتواند این نیاز عاطفی و محبتی مرد را از روش‌های مختلف برطرف کند، مرد سیراب از این عشق در برابر محرک‌های صوتی و کلامی نامحرمان مغرض، کاملاً مصون خواهد بود و بهتر می‌تواند در مقابله با این آسیب‌ها مقاومت کند؛ چراکه برخی وسوسه‌گران مغرض و ناآگاه، با بهره‌گیری از خلأ عاطفی برخی مردان و محرومیت ایشان از محبت‌های عاشقانه و صادقانه همسرشان، با محرک‌های کلامی گیرا و پرجاذبه و کرشمه‌های شیطانی گناه‌آلود، به او دل‌ربایی و زمینه انحراف او را هموار می‌کنند و همین امر زمینه آمیخته شدن با انواع گناهان را فراهم می‌کند.

زن اگر بتواند این رابطه را در چهارچوب عاطفه و محبت و عشق پیش برد و این رابطه را از آفت‌های آن حفظ کند، به یکی از کلیدهای اصلی حفظ عنان خانواده و سلامت آن دست یافته است. از مهم‌ترین آفت‌های آن می‌توان موارد زیر را نام برد:

- استفاده ابزاری از این رابطه جهت تحت فشار قرار دادن همسر

- سردی و عدم محبت در هنگام رابطه

- یکنواختی و عدم تنوع در ایجاد رابطه

- دستاویز قرار دادن این مسئله برای رسیدن به خواسته‌های خود

#### ۶- امنیت و آسایش در کانون خانواده

یکی از مسائلی که بشر همیشه در پی آن بوده است و می‌توان گفت اکثر فعالیت‌های زندگی‌اش را برای دستیابی به آن انجام می‌دهد، رسیدن به آرامش است؛ به‌ویژه در دنیای پرهیاهوی امروز که آرامش روح یکی از گم‌شده‌های آدمی به‌شمار می‌آید و آدمی از راه‌های گوناگون در جست‌وجوی آن است. احساس امنیت و آرامش روانی یکی از ارکان اصلی تشکیل خانواده است و از ساده‌ترین راه‌های دستیابی به این مهم که موردغفلت واقع شده، ایجاد روابط سالم همراه با مهر و محبت در خانواده است. در اصطلاح قرآن، از این آرامش با تعبیر «سلم» یاد شده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السَّلَامِ كَافَّةً: ای کسانی که ایمان آورده‌اید همگی شما به حالت آرامش و سلامت درآیید» [۱۰].

رفتار نیکو با همسر، فراهم کردن شرایط استراحت و آرامش در منزل و تمیز و مرتب بودن خانه ازجمله عواملی است که می‌تواند در ایجاد امنیت و آسایش خانواده سودمند باشد. در نگرش اسلام، خانه‌داری و خدمت به همسر و فرزندان، علاوه‌براینکه باعث استحکام خانواده و ارزشمندی و محبوبیت همسر می‌شود، باعث جلب رضایت الهی و پاداش معنوی نیز می‌گردد. روایات زیر تأییدکننده این مدعا هستند:

- امام‌رضا(ع) در رابطه با معیار برتری همسر می‌فرماید: «مَا أَفَادَ عَبْدٌ قَائِدَةً خَيْرًا مِنْ زَوْجَةٍ صَالِحَةٍ إِذَا رَأَاهَا سَرَّتَهُ وَإِذَا غَابَ عَنْهَا حَفِظَتْهُ فِي نَفْسِهَا وَمَالِهِ: هیچ منفعتی بهتر از همسر شایسته نیست؛ همسری که وقتی انسان او را می‌بیند، شادمانش گرداند و در موقع نبودن او، نگهدار ناموس و مالش باشد» [۱۱].

- در روایات دیگری از حضرت بیان شده است که «همسری شایسته است که در حضور او، به‌نوعی او را شادمان می‌کند و در غیبت او هم کاری می‌کند که اگر شوهر متوجه عمل او گردد، شادمان شود» [۱۱].

- نبی مکرم اسلام حضرت محمد(ص) نیز فرمودند: «يَقُولُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَتَعَالَى: إِذَا أَرَدْتُ أَنْ أُعْطِيَ عَبْدِي خَيْرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ جَعَلْتُ لَهُ لِسَانًا ذَاكِرًا وَقَلْبًا خَاشِعًا وَجَسَدًا عَلَى الْبَلَاءِ صَابِرًا وَزَوْجَةً مُؤْمِنَةً تَسْرُهُ إِذَا نَظَرَ إِلَيْهَا وَتَحْفَظُهُ إِذَا غَابَ عَنْهَا فِي نَفْسِهَا وَمَالِهِ: خداوند متعال می‌فرماید وقتی اراده کردم تا به بنده‌ام خیر دنیا و آخرت را عطا کنم، برای بنده‌ام زبانی ذکرگو (ذکر خدا)، قلبی خاشع، بدنی صبرکننده در بلاها و همسری (زنی) مؤمن که وقتی

از آنجایی که هیچ عاملی به‌اندازه محبت، انسان‌ها را دگرگون نمی‌کند، در مواردی که بین زن و مرد اختلافاتی به وجود می‌آید، این معضل بیشتر مشهود می‌شود. بررسی‌های آماری این واقعیت را آشکار می‌کنند که بسیاری از مردان غیرمغرضی که به اعمال منافی عفت آلوده می‌شوند، جزء کسانی هستند که در محیط خانوادگی خود هیچ‌گونه نشانه‌ای از مهر و محبت ندیده‌اند. این عده با عنوان «اصل جبران» سعی می‌کنند در خارج از خانه فردی را بیابند که به آنان مهر و محبت بورزد [۸]. در نتیجه با توجه به اهمیت این مسئله در حفظ بقای خانواده و نتایج منفی آن در جامعه، به‌جای قهر کردن‌ها و بی‌اعتنایی‌های مکرر و بی‌تأثیر، باید بکوشند تا با محبت کردن و صحبت درمورد اختلاف به رفع آن کمک کنند و در این رابطه زن باید مدیریت این مسئله را با توجه به ویژگی‌های مهم روان‌شناختی که در این مسئله به صورت ذاتی داراست، موانع انحراف مرد و ازهم‌پاشیدگی خانواده را برطرف کند.

#### ۵- تأمین سلامت جنسی روانی همسر

رضایتمندی روانی جنسی بین همسران از مهم‌ترین مؤلفه‌های مؤثر بر سلامت روانی زوجین در کانون خانواده است. بنابراین ارضای نیاز جنسی و التذاذ نفسانی از طریق ازدواج با جنس مخالف به همراه آداب دینی نه‌تنها مذموم نیست، بلکه از آنجاکه تأمین یک نیاز تکوینی است، به سلامت روانی زوجین و در نتیجه سلامت روانی خانواده و هرگونه ناهماهنگی در این مرحله به ایجاد ناراحتی‌های عصبی حاد می‌انجامد. تنظیم روابط جنسی یکی از کارکردهای اساسی خانواده است که اثر مستقیم روی آرامش روانی زوجین دارد. در میان ادیان الهی، دین اسلام بیشترین توجه خود را به بُعد جنسی زندگی خانوادگی معطوف کرده و این امر را مقدس شمرده و تأمین نیازهای غریزی و جنسی را در چهارچوب خانواده مورداهتمام قرار داده است و بسیاری از رفتارهای غریزی و جنسی را رنگ الهی داده و به آن جنبه معنوی بخشیده است. بنابراین اقناع و ارضای نیاز جنسی جایگاه ویژه در خانواده دارد؛ زیرا همسران با برطرف ساختن آن آرامشی در جسم و جان‌شان می‌ریزد که این آرامش اگرچه جسمی است، نشاط و سبک‌بالی حاصل از آن، روانشان را نیز دربرمی‌گیرد. در اسلام، زن به‌عنوان عامل برآوردن نیازهای جنسی و عاطفی همسر که از نظر ارزش معادل دشوارترین تکلیف دینی مرد، یعنی جهاد، شمرده شده است، معرفی می‌شود. در نتیجه آنچه اسلام در چهارچوب خانواده از زن خواسته است، شوهرداری نیکو و تمکین او در مقابل خواسته‌های جنسی مرد است که به ایجاد آرامش روانی، محبت و گرمی روابط زناشویی منجر می‌شود و هر دو طرف در زندگی احساس رضایت و به یکدیگر بسنده می‌کنند و پاک‌دامنی و عفت زوجین در نتیجه عفت عمومی تضمین می‌شود [۹].

اما آنچه در این مسئله حائز اهمیت است، وجود محبت و عاطفه در برقراری این ارتباط است، به‌گونه‌ای که به‌شدت در کیفیت روابط و ایجاد علقه و ارتباط میان زن و شوهر مؤثر است.

به او نگاه می‌کند، شادمان می‌شود و در موقع غیبت شوهر حافظ ناموس و اموال شوهر است، در نظر گرفتیم» [۴].

- جابر بن عبدالله انصاری می‌گوید: «شنیدم شخصی می‌گوید: در محضر پیامبر گرامی اسلام (ص) بودیم که ایشان فرمود: «بهترین زنان شما زنی است که زاینده، مهربان و پاکدامن باشد؛ در میان خاندان خود بزرگوار و گرامی و با شوهرش فروتن، آراسته به نزد شوهر و پوشیده از دیگران؛ زنی که حرف همسر خود را می‌شنود و فرمان او را می‌برد؛ هنگامی که با شوهر خود خلوت کند، به خواهش‌های او تن دردهد (با عشوه و ناز) نه با دست‌ودلبازی مردانه» [۱۱].

- امام صادق (ع) می‌فرماید: «مَا مِنْ امْرَأَةٍ تَسْقِي زَوْجَهَا شَرْبَةً مِنْ مَاءٍ إِلَّا كَانَ خَيْرًا لَهَا مِنْ عِبَادَةِ سَنَةِ صِيَامٍ نَهَارًا وَ قِيَامٍ لَيْلًا وَ يَبْنِي اللَّهُ لَهَا بِكُلِّ شَرْبَةٍ تَسْقِي زَوْجَهَا مَدِينَةً فِي الْجَنَّةِ وَ غُفْرَ لَهَا سِتِّينَ خَطِيئَةً؛ هر زنی که با جرعه‌ای آب، شوهر خویش را سیراب کند، عملش ارزشمندتر از عبادت یک سال است که روزهای آن را روزه بدارد و شب‌ها به نماز مشغول باشد و خداوند به‌ازای هر جرعه‌ای که به همسرش داده است، یک شهر در بهشت برایش هدیه می‌کند و شصت خطا را از او می‌بخشد» [۱۱].

- در روایت دیگری آمده است: «أَيُّمَا امْرَأَةٍ خَدَمَتْ زَوْجَهَا سَبْعَةَ أَيَّامٍ أَعْلَقَ اللَّهُ عَنْهَا سَبْعَةَ أَبْوَابِ النَّارِ وَ فَتَحَ لَهَا ثَمَانِيَةَ أَبْوَابِ الْجَنَّةِ تَدْخُلُ مِنْ أَيِّهَا شَاءَتْ؛ هر زنی که به مدت یک هفته خدمتی را برای همسرش انجام دهد، خداوند هفت باب جهنم را بر وی می‌بندد و هشت باب بهشت را بر او می‌گشاید که از هر کدام که خواست، به بهشت وارد شود» [۱۱].

- پیامبر (ص) در روایتی می‌فرماید: «هر زنی در رابطه با خانه داری، کاری انجام دهد و چیزی را به جای خودش بگذارد و خانه را منظم کند، خداوند به او نظر کرده و عذابش نمی‌کند» [۱۱].

## نتایج

یک ازدواج سالم و موفق رابطه‌ای است که باعث می‌شود

همسران احساس رشد و بلوغ و احساس کنند در امن‌ترین نقطه جهان قرار دارند. عاطفه و محبت میان زن و مرد که از ابتدا به شکل‌گیری آن منجر شده است، اگر تداوم یابد، تأثیر بسیاری در رشد فردی، اجتماعی و معنوی آنان خواهد داشت. می‌توان گفت که بخش اعظم این آرامش در خانواده از طریق زن تأمین می‌شود. زن کانون مهر و محبت است و می‌تواند با هنرمندی بی‌نظیرش همسر را غرق محبت کند. مدیریت مهربانی و محبت توسط زن در خانواده تأمین‌کننده نیازهای روحی، روانی، جنسی و جسمی همسر است که سلامتی روح و جان او را در پی خواهد داشت و تأثیرات انعکاس این سلامتی در ابتدا درون خانواده منعکس می‌شود و در نهایت اثرات مهم و تأثیرگذار آن در جامعه هویدا خواهد شد. زن برای تأمین و مدیریت این امر مهم، باید یک روان‌شناس، مدیر و عارفی عاشق‌پیشه باشد و شاید بر همین اساس است که در منابع اسلامی ثواب جهاد و تعالی او در محیط خانواده مقدر شده است. این مسئله می‌تواند کانون خانواده را به محل اصلی رشد معنوی و اجتماعی تمامی افراد خانواده مبدل سازد. علت اصلی تأکید اسلام بر خانواده برای چنین تأثیری است که در نظام تکوین الهی در نهاد خانواده بارگذاری شده است.

## تشکر و قدردانی

از تمامی افرادی که برای تهیه این مقاله، ما را یاری کرده اند تشکر و قدردانی می‌گردد.

## تضاد منافع

در نگارش این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

## ملاحظات اخلاقی

در تمامی مراحل نگارش پژوهش، ضمن رعایت اصالت متون، صداقت و امانت‌داری نیز رعایت شده است.

## حمایت مالی

پژوهش حاضر بدون حمایت مالی انجام شده است.

## REFERENCES

1. Mousavi S. The effect of intimate social relationships on mental health, Marifat Magazine, 2009;18(12). [Link](#)
2. Koliny M. Al-Kafi, 4th edition. Ghafari AA (editor). Tehran: Dar al-Kitab al-Islamiya.1986. [Link](#)
3. Anhar N.D. Moral characteristics of a worthy woman from the perspective of Islam. Retrieved, 2025. [Link](#)
4. Nouri H. Mustardak al-wasail and mustabet al-masail: volume 14. Qom: Al-Bayt Institute.1987. [Link](#)
5. Qomi A, Elahi Khorasani AA. Safina al-bahar 8 volumes. Qom: Asveh; 1993. [Link](#)
6. Attarian M. Building male confidence. Tebian Iranian Family Section. 2013. [Link](#)
7. Amini I. Hamsardari [Marital Life]. 27th ed. Qom (Iran): Bostan-e Ketab, Islamic Propagation Office of Qom Seminary; 2009.
8. Rafie Mohammadi A. Love breeze: Factors that strengthen and weaken the family. Edition 7. Qom: Rasul Azam Publications. 2010. [Link](#)
9. Zinvand Lorestani R, Mohsenifar R. The role of women in sexual health and its effect on mental health. The first conference on the role of women in community health: 2014. [Link](#)
10. Holy Quran.
11. Al-Hur Al-Amali M. Wasail al-shia. 22 volumes. Qom: Islamic Publishing Institute; 2003. [Link](#)