جایگاه خانواده در سبک زندگی اسلامی و ایجاد حیات طیبه از منظر قرآن کریم ـ
اسماعیل خارستانی، فاطمه سیفی
فصلنامه تخصّصی مطالعات قرآن و حدیث **سفینه**
سال شانزدهم، شماره ۶۴ «ویژه زن و خانواده»، پاییز ۱۳۹۸، ص ۸۹-۱۲۰

جایگاه خانواده در سبک زندگی اسلامی و ایجاد حیات طیبه از منظر قرآن کریم

اسماعیل خارستانی*
فاطمه سیفی**

چکیده: جامعه قرآنی، بر بنیاد خانواده و نقش آن نهاده شده است. از این رو به خانواده به عنوان مرکز توجه احکام، حقوق، آداب و اخلاق، اهتمام ویژه‌ای مبذول داشته و نقش و جایگاه آن را با آموزه‌ها و دستورهای متعدد، تحکیم بخشیده است. برای اینکه خانواده بتواند در مسیر ایجاد حیات طیبه حرکت کند، آیات بسیاری آورده شده است. بهره‌گیری از این آیات و عمل مطابق با آن می‌تواند سبک زندگی خانواده را به معنای واقعی اسلامی نماید.

پژوهش حاضر با هدف بررسی جایگاه خانواده در سبک زندگی اسلامی و ایجاد حیات طیبه از منظر قرآن کریم انجام شده است. بدین منظور، با استفاده از روش توصیفی ـ تحلیلی، آیات مربوط استخراج و مورد تحلیل قرار گرفت.

در این تحقیق به اهمیت و جایگاه خانواده در قرآن کریم اشاره شده و در ادامه شاخص‌های سبک زندگی اسلامی در خانواده در ابعاد دینی و اعتقادی، اخلاقی، اجتماعی، اقتصادی و عقلانی معرفی شده است. همچنین عوامل آسیب‌زایی نیز که مانع از تحقق سبک زندگی اسلامی در خانواده می‌شود را از دو جنبه مادی و روانی مورد بررسی و تحلیل قرار داده است. و در پایان آثار و ثمرات حیات طیبه را معرفی کرده است.

*. دانشجوی دکتری فلسفه تعلیم و تربیت (تعلیم و تربیت اسلامی) kharestani57@yahoo.com
**. کارشناس ارشد مدیریت فرهنگی f.seyfi2009@yahoo.com

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که قرآن کریم مؤلفه‌هایی را جهت ایجاد حیات طیبه معرفی نموده که تقویت نکات مثبت و سازنده و رفع آسیب‌هایی که مانع از تحقق سبک زندگی اسلامی در خانواده می‌شود، ما را به هدف نهایی و عالی که همان قرب الهی است، رهنمون خواهد ساخت.
کلیدواژه‌ها: قرآن کریم؛ خانواده؛ سبک زندگی اسلامی؛ شاخص‌ها؛ آسیب؛ حیات طیبه.

مقدمه

آیات قرآن و تعالیم اسلام برای سعادت و سلامت دنیوی و اخروی انسانها، برنامه‌هایی را قرار داده، از جمله تشکیل و تحکیم خانواده. در این برنامه‌ها نیازهای طبیعی انسان و شرایط اجتماعی او در همه عصرهای تاریخ در نظرگرفته شده است؛ تحولات اجتماعی بشر، به ویژه تحولات عصر حاضر که خانواده را دچار دگرگونی‌های اساسی کرده نباید ما را از تعریف مناسب خانواده دور کرده و به جهتی سوق دهد که نتوانیم اهداف تشکیل خانواده را محقق سازیم.

سبک زندگی مطلوب قرآن همان حیات طیبه یا زندگی پاکیزه است. در برداشت سبک زندگی از قرآن، باید به ساعات عبادت، کار، استراحت، شیوه برخورد با نعمات الهی، مصیبت‌ها و گرفتاری‌ها، سهم دنیا و سهم آخرت در زندگی، تربیت و آداب فردی، خانوادگی و اجتماعی، یک نگاه کلان داشت و کلیتی از سبک زندگی مؤمنانه را برای طبقات گوناگون جامعه ارایه داد.

خانواده‌ای که قرآن طراحی می‌کند، مکتب و معبدی است که اعضای آن مدارج بندگی را طی می‌کنند و به حیات طیبه راه می‌یابند. افراد در خانواده، علاوه بر تأمین حقوق دنیوی خود نظیر امنیت، آرامش، تغذیه، بهداشت مناسب، تحصیل علوم و... حقوق معنوی خود را نیز جستجو می‌کنند. زن و مرد موظف به ایجاد زمینهٔ مقتضی و رفع موانع برای دستیابی یکدیگر به این حقوق می‌باشند.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

شالوده هر جامعه خانواده است. خانواده محل رشد، حرکت و تعالی است. ازدواج مرحله مهم و آغازین تشکیل خانواده است. با ازدواج پیمان زناشوئی محکم‌ترین قرارداد اجتماعی به وجود می‌آید که می‌توان آن را ناشی از دوستی و رحمت متقابل بین زن و شوهر دانست که قرآن کریم در سوره روم آیه۲۱ به آن اشاره دارد و این پیمان را محکم‌ترین پیمان‌ها برای شکل‌گیری نهاد خانواده می‌داند (سوره نساء، آیه۴).

بیان مسأله

دین اسلام، ارائه دهنده کامل‌ترین سبک زندگی بشریت است. پس پرداختن به سبک زندگی مذهبی و ارزشهای دینی ضرورتی اساسی به شمار می‌رود. قرآن کریم، برای دست‌یابی به حیات طیبه، بخش عظیمی از آیات را به تنظیم و تعدیل روابط اعضای خانواده، حقوق و وظایف همسران و فرزندان اختصاص داده است. رجوع به این آیات الهی، می‌تواند انسان را جهت دستیابی به عالی‌ترین راهکارها در خانواده هدایت کند.

مسئله اصلی پژوهش این است که خانواده چه نقش و جایگاهی در سبک زندگی اسلامی و ایجاد حیات طیبه دارد؟

برای پاسخ به این سؤال آیات قرآن کریم را مورد تحلیل قرار داده‌ایم. در همین ارتباط مؤلفه‌های دینی و اعتقادی، اخلاقی، اجتماعی، اقتصادی و عقلانی سبک زندگی اسلامی و عوامل مادی و روانی که مانع تحقق سبک زندگی اسلامی می‌شود، مورد بررسی و تحلیل قرار گرفته است. این تحقیق از آن جهت که آسیب-هایی که مانع از تحقق سبک زندگی اسلامی و ایجاد حیات طیبه‌ای که در قرآن معرفی شده را شناسایی کرده و به روشنی و صراحت بیان نموده و راهکارهای رفع این موانع را ارائه می‌کند، اهمیت دارد.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

پیشینه تحقیق

در اینجا به تعدادی از پژوهش‌هایی که در خصوص موضوع مورد بحث انجام شده اشاره می‌شود.

رحمانی فیروز جاه و سهرابی (۱۳۹۰) در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که از نظر ابن خلدون، محیط جغرافیایی و شیوه معاش موجب شکل‌گیری دو سنخ بادیه‌نشین و شهرنشین با سبکهای زندگی متفاوت در جامعه می‌شود. در نوع سبک زندگی و نیازهای سنخ بادیه‌نشین شرایطی به وجود می‌آید که شهرنشینی گسترش پیدا می‌کند و سبک زندگی خاص خودش را به وجود می‌آورد. این سبک زندگی با بسیاری از عرصه‌های حیات جمعی در ارتباط قرار گرفته است و موجب تغییر در دینداری با سه بعد اعتقادی، اخلاقی، و مناسکی می‌شود (رحمانی فیروز جاه و سهرابی، ۱۳۹۰: ۱۷-۳۲).

رحیمی (۱۳۸۷) در تحقیق خود به این نتیجه رسید که مهمترین عواملی که مانع رسیدن به حیات برتر است، مشغول شدن به دنیا و مظاهر متجلی آن و گناه کردن است. از آثار مهم دستیابی به حیات طیبه دوری از ترس و اندوه، انس با خداوند و نورانیت دل است چون خداوند را مالک حقیقی همه چیزی می‌دانند، این مهمترین دستاوردی است که صاحبان این حیات به دست می‌آورند (رحیمی، ۱۳۸۷).

در پژوهشی که توسط حیدری (۱۳۸۵) انجام گردید این نتیجه به دست آمد که بین دینداری و رضامندی خانوادگی رابطهٔ وجود دارد. هر قدر نگرش دینی افراد قوی‌تر باشد، رضایت از زندگی آنان افزایش می‌یابد. یعنی هر چقدر اعتقاد به خداوند و دستورات او محکمتر باشد، زندگی زناشویی از ثبات بیشتری برخوردار بوده و آرامش بیشتری در خانواده حاکم خواهد بود (حیدری، ۱۳۸۵: ۱۹۲ و ۲۰۲).

نصیب البکاء و همکاران (۱۳۸۰) به مقایسهٔ عوامل فردی، اجتماعی و شخصیتی

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

افراد در زوج‌های سازگار و ناسازگار کرمانی پرداختند، و به این نتیجه رسیدند که عواملی همچون امور مالی، رابطهٔ جنسی و بارهای مذهبی در گسستگی زندگی تأثیرگذار هستند و اعتقادات مذهبی نقش زیادی در استحکام خانواده دارند (میراحمدی زاده و همکاران، ۱۳۸۲: ۵۷).

موسوی(۱۳۷۷) در تحقیق خود به این نتیجه رسید که عوامل اقتصادی، اعتقادات مذهبی، آداب و سنن اجتماعی، ارضای عاطفی زوجین و تفاهم در رضایتمندی زناشویی و تحکیم خانواده تأثیر دارد (موسوی، ۱۳۷۷).

یافته‌های هوارث- هوپنر(۲۰۰۰) نشان دادند که محیط بحرانی در خانواده، کنترل قهرآمیز والدین و گفتمان مسلط در خانواده شرایطی مهم‌اند و پیکره‌بندی ویژه‌شان با توجه به تأثیرات فرهنگ و خانواده در ایجاد اختلالات نقش مؤثری دارند.
(Haworth-Hoeppner , 2000: 212-227)

در تحقیقی که والانس (۱۹۹۵) انجام داد «عدالت، برابری و پاداش به عنوان سه عامل مؤثر ذکر شده است». همچنین نشان داد که ارتباط سبک زندگی و رضایت زناشویی مسأله‌ای حیاتی است که در رابطه با تمام اقشار جامعه از اهمیت برخوردار است (والانس، ۱۹۹۵).

روش تحقیق

روش پژوهش حاضر از نوع تحلیل محتوی است که طی آن سوره‌ها و آیات قرآن مورد تحلیل و بررسی قرار گرفته است. تلاش شده است که نکات مربوط به موضوع از آیات قرآن کریم استخراج و سپس مورد تجزیه و تحلیل قرار گیرد.

جامعهٔ نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه پژوهش شامل، متن کامل قرآن کریم بوده به علاوه در این پژوهش به دلیل ضرورت جامعیت نمونه، نمونه‌گیری انجام نشده و کل جامعه پژوهش مورد

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

بررسی و تحلیل قرار گرفته است.

اهمیت و جایگاه خانواده در قرآن

خانواده، خشت بنای جامعه

خانواده از دیدگاه قرآن، از جایگاه محوری و کلیدی برخوردار است و هسته مرکزی شکل‌گیری جامعه را تشکیل می‌دهد (مصطفوی ، ۱۳۸۲: ۵۸).

جایگاه خانواده در ساختمان جامعه، همچون اتم در ساختان اجسام طبیعی است و اگر خانواده سالم و صالح و استوار باشند، می‌توان به داشتن جامعه‌ای سالم، صالح و متعالی و استوار امیدوار بود. (مصطفوی، ۱۳۸۲: ۶۵)؛ به عبارتی می‌توان گفت که خانواده سالم و جامعه سالم، یک ارتباط دوطرفه دارند.

خانواده، کانون آرامش

قرآن کریم رابطه زن و شوهری و تشکیل خانواده را مایه سکون و آرامش زن و مرد می‌داند و این آرامش را از آیات و نشانه‌های عظمت و قدرت خداوند می‌داند بدین معنا که زن و مردی که هیچگونه تعلق عاطفی و روحی به یکدیگر ندارند با پیمان ازدواج و تشکیل خانواده، با یکدیگر پیوند یافته و در پرتو ایجاد تعلق روحی، آرامش بخش یکدیگر می‌شوند. «ومن ءایتِهِ اَن خَلَقَ لَکُم مِن اَنفُسِکُم اَزوجًا لِتَسکُنوا اِلَیها و جَعَلَ بَینَکُم مَوَدَّهً وَ رَحمَهً اِنَّ فی ذلِکَ لَایتٍ لِقَومٍ یَتَفَکَّرون» (سوره روم، آیه۲۱).

پس، از نگاه اسلام، ازدواج بر پایه آرامش و سکونت است. البته این آرامش در همه ابعاد روحی و جسمی و اجتماعی و سایر ابعاد است. زیرا که به طور مطلق فرمود تا در کنار هم به آرامش برسید. بنابراین از نظر اسلام اصل در زندگی خانوادگی وجود فضایی آرام و محبت‌آمیز است که زن و شوهر باید سعی کنند در محیط خانواده میان اعضا آرامش بوجود آید و روز به روز این آرامش و محبت بیشتر شود.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

خانواده، زمینه‌ساز سعادت اخروی

هنگامی که تشکیل خانواده عاملی برای ارتقاء معنوی و عاطفی اعضای خود باشد و آنان را از انحراف باز دارد، سعادت اخروی و نعمتهای جاودان الهی نیز در انتظار آنان خواهد بود. قرآن کریم در مواضع متعددی از آیات خود، پیوندهای خانوادگی را زمینه ساز ورود به بهشت معرفی می‌کند، که از جمله آیه بیست و سوم سوره رعد که در آن چنین آمده است: «جنات عَدنٍ یَدخلونها و مَن صَلَحَ مِن آبائهم و أزواجهم و ذّریاتِهِم»؛ باغهای جاویدان بهشتی که وارد آن می‌شوند و همچنین پدارن و همسران و فرزندان صالح آنها. این آیه بیانگر بشارتی است که به اهل بهشت داده می‌شود و آنان را با ملحق ساختن پدارن، مادران، همسران، فرزندان و دیگر خویشان صالح و با تقوایشان، خشنود می‌سازد. طبیعی است که چنین سرنوشتی ناشی از پیوندهای پاک و نورانی خانوادگی آنان در دنیا بوده است (طباطبائی، ۱۳۶۳، ج۱۱: ۳۴۶).

خانواده، تأمین کننده امنیت

قرآن مانند دیگر مسائل اجتماعی قبل از هر چیز به مسأله امنیت و ثبات در خانواده توجه نموده و سپس به امور دیگر پرداخته است. برای داشتن جامعه و خانواده‌ای موفق قبل از هر چیز نیازمند امنیت و ثبات هستیم.

«هوَ الذی خلقکم من نفسٍ واحدهٍ و جعل منها زوجها لیَسکنَ الیها» (سوره اعراف، آیه۱۸۹)؛ اوست آن کس که شما را از نفس واحدی آفرید، و جفت وی را از آن نفس پدید آورد تا بدان آرام گیرد. یعنی امنیت و ثبات در خانواده را عامل اصلی تحکیم خانواده دانسته و سلامت روحی، آرامش روانی، نبود اضطراب در بین اعضای خانواده بخصوص کودکان را نتیجه این امنیت دانسته است که با نقش آفرینی زن و شوهر و داشتن احساس مشترک، همبستگی، همدلی، تفاهم و حس اعتماد بین

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

آنها به وجود می‌آید. کودکی که در چنین شرایطی رشد کند، دارای شخصیتی سالم و متعادل خواهد بود و مسلماً نقش خانواده در ایجاد چنین شخصیتی چشم گیرتر از سایر محیط‌های اجتماعی است.

از منظر آیات قرآن کریم شاخص‌های سبک زندگی اسلامی در خانواده که منجر به حیات طیبه می‌شوند؛ کدامند؟

شاخص‌های سبک زندگی اسلامی که زمینه‌ساز ایجاد **حیات طیبه** می‌باشند و اعمال صالحی که قرآن کریم بسیار بدان سفارش نموده می‌باشند. در اینجا شاخص-ها را از پنج بعد مورد بررسی قرار می‌دهیم:

۱. شاخص‌های دینی و اعتقادی

۱-۱. خداباوری و خدامحوری

شیرازه و شالوده نظام اجتماعی اسلام، که همه چیز در پرتو آن ارزش و اعتبار می‌یابد، خدا باوری و خدامحوری است. تار و پود حیات طیّبه دینی را همین اصل می‌سازد و با این ویژگی می‌توان نظام اسلامی را از دیگر نظامهای موجود و حاکم در جهان باز شناخت.

به همان نسبت که در این عالم ذره‌ای از علم و دانش خدا پنهان نیست:

«وما یعزب عن ربک من مثقال ذرة فی الأرض ولا فی السماء» (سوره یونس، آیه۶۱).

گفتار و کردار آدمی نیز از حوزه علم و آگاهی خداوند بیرون نیست و گفتارها و کردارهای انسانها در پرونده اعمال ثبت می‌شود:

«... ما لهذا الکتاب لایغادر صغیرة ولاکبیرة الا احصاها» (سوره کهف، آیه۴۹).

محورحرکتهای فردی و اجتماعی مسلمانان را این باور تشکیل می‌دهد و بر این اساس روابط اجتماعی، معاشرتها، داد و ستدها، رفت و آمدها، گفتمانها و داوریها شکل می‌گیرد و نمود پیدا می‌کند. در چنین فضایی است که حیات طیبه خود را

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

نشان می‌دهد و جامعه‌ای که بر پایه سبک زندگی اسلامی است، ایجاد می‌شود.

۲-۱. توکل به خدا

توکّل پیوندگاه با حیات حق تعالی و تکیه گاه حیات طیّبه است.

«إِنِّی تَوَکَّلْتُ عَلَی اللّهِ رَبِّی وَ رَبِّکُم مَا مِن دَآبَّةٍ إِلاَّ هُوَ آخِذٌ بِنَاصِیَتِهَا» (سوره هود، آیه۵۶)؛ بی‌تردید، توکّل می‌کنم بر خداوند یکتا که مالک و مدبّر من و مالک و مدبّر شماست و هیچ جنبنده‌ای نیست، مگر اینکه او زمامش را برگرفته است.

خانواده‌ها در طول زندگی، با مشکلات متعددی روبرو می‌شوند که برخی اقتصادی‌اند، مانند در آمد کم، ورشکستگی یا دزدیده شدن اموال و بیکاری، برخی به سلامت اعضا مربوط می‌شوند، مانند بیماری، معلولیت و مرگ، و برخی به روابط و مشکلات باز می‌گردد. در چنین شرایطی توکل بر خدا، به تقویت اراده اعضای خانواده و کوشش بیشتر آنها کمک می‌کند.

۳-۱. ولایت‌پذیری

در حیات طیبه قرآنی، مسأله قبول ولایت امامان معصوم علیهم‌السلام بایسته‌های اساسی جامعه است و بدون آن، رسیدن به چنین زندگیی امکان‌پذیر نیست:

«یا ایها الذین أمنوا استجیبوا لله وللرسول اذا دعاکم لما یحییکم» (سوره انفال، آیه ۲۴).

به هر نسبت که قبول ولایت و امامت به شایستگی انجام پذیرد حیات، شادابی، حرکت، پویایی، مقاومت، صلابت و قانونمندی مردم بیشتر می‌گردد. در برابر، اگر نهاد رهبری جامعه دچار بی‌کفایتی و بی‌لیاقتی گردد، سرنوشت مردم و جامعه روز به روز بدتر و ذلت بارتر می‌شود، گرچه مردم نیکوکار و نیک رفتار باشند.

۴-۱. اعتقاد به زندگی پس از مرگ

در آیات قرآن به پاداشها و نعمتهای اخروی اشاره شده که در ازای انجام وظایف خانوادگی به فرد داده می‌شود. توجه به این نعمتها و آسایش در زندگی اخروی،

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

افراد را بر می‌انگیزد که رفتارهای خود را در جهت کسب این نعمتها، سوق دهند: «شما و همسرانتان در نهایت شادمانی وارد بهشت شوید. سینی‌هایی از طلا و جام‌هایی در برابر آنها می‌گردانند و در آنجا آنچه دلها بخواهد و چشمها از آن لذت ببرد، موجود است و شما در آن جاودانید، و این همان بهشتی است که به خاطر اعمالی که انجام می‌دادید، وارث آن شده‌اید» (سوره زخرف، آیه ۷۰-۷۲).

۵-۱. دعوت اعضای خانواده به عبادت

از دیگر شاخص‌های سبک زندگی در خانواده؛ عبادت و دعوت اعضای خانواده به آن است. در آیات قرآنی نیز توجه به این امر به وضوح مشخص است و چنانچه در آیه ۱۳۲سوره طه آمده است «وامر اهلك بالصلوة و اصطبر عليها لاتسئلك رزقاً» و کسان خود را به نماز فرمان ده و خود بر ایشان شکیبا باش ما از تو جویای روزی نیستیم.

لقمان حکیم به فرزندش می‌گوید: «یا بنی اقم الصلوة و امر بالمعروف و انه عن المنکر و اصبر علی ما اصابك ان ذلك من عزم الامور» (سوره لقمان، آیه ۱۷)؛ نماز را به پا دار، مردم را به کارهای نیک دعوت نما آنان را از کارهای بد باز دار و در برابر مصائب شکیبا و بردبار باش. اینها از کارهای بزرگ و شایسته است.

۲- شاخص های اجتماعی

۱-۲. مشورت و هم‌اندیشی

مشورت استفاده از فکر دیگران است و باعث راهنمایی انسان در امور زندگی می‌شود از طرفی مشورت با خانواده در امور مرتبط و لازم خود باعث ایجاد علاقه، احترام به افکار دیگران و همچنین تقویت ارتباط خانواده و لطافت روح حاکم بر خانه و خانواده می‌گردد.

در آیه ۶ سوره طلاق توصیه شده است که امور خانواده از جمله مسائل فرزندان،

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

با مشاوره شایسته انجام گیرد: «(درباره فرزندان، کار را) با مشاوره شایسته انجام دهید». میوه و ثمره امر مشورت میان زن و شوهر در خانه تحکیم روابط و نظام خانواده است.

۲-۲. امر به معروف و نهی از منکر

دربارهٔ امر به معروف و نهی از منکر در خانواده، قرآن کریم می‌فرماید: «یَا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَکُمْ وَ أَهْلِیکُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَ الْحِجَارَةُ...» (سوره تحریم، آیه۶)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید؛ خود و خانواده خود را از آتشی که هیزم آن انسانها و سنگها است، نگه دارید.

نگهداری خویشتن، از راه ترک گناهان و تسلیم نشدن در برابر شهوتهای سرکش؛ و نگهداری خانواده، از طریق تعلیم، تربیت، امر به معروف و نهی از منکر و فراهم ساختن محیطی پاک و خالی از هر گونه آلودگی، در فضای خانه و خانواده محقق می‌شود؛ این برنامه باید از نخستین سنگ بنای خانواده، یعنی از مقدمات ازدواج و سپس نخستین لحظه تولد فرزند آغاز می‌شود و در تمام مراحل با برنامه‌ریزی صحیح و دقت فراوان ادامه یابد؛ به تعبیر دیگر، حق زن و فرزند تنها با تأمین هزینهٔ زندگی و مسکن و تغذیه آنها حاصل نمی‌شود؛ مهمتر از آن، تغذیه روح و جان آنها و به کار گرفتن اصول تعلیم و تربیت درست است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۸، ج۲۴: ۲۸۶).

۳-۲. حسن معاشرت

زیربنای خانواده و هیأت سازنده آن، حسن معاشرت است. اگر شرایط زندگی از هر جهت دلخواه باشد اما حسن معاشرت در آن نباشد، گویی شالوده و اساس زندگی روی آب بنا شده که با چشم بر هم زدنی خراب می‌شود. اساس حسن معاشرت، شناخت مقام و منزلت و حقوق یکدیگر است. زن باید بداند که حقوق حقه مرد، چیست و مقام و منزلت او کدام است و مرد هم باید از حقوق و مقام و

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

منزلت زن آگاه باشد و هر یک باید خود را موظف به ادای حق دیگری بدانند (کمالی دزفولی، ۱۳۶۹: ۱۳۰). قرآن در این باره می‌فرماید:

«وَ عاشِرُوهنّ بِالمعروفِ فإن کَرِهتُموهنّ فعسی أن تَکرَهُوا شیئاً و یجعل الله فیه خیراً کثیراً» (سوره نساء، آیه۱۹)؛ و با آنان به طور شایسته رفتار کنید و اگر از آنها کراهت داشتید، چه بسا چیزی خوشایند شما نباشد و خدا خیر فراوانی در آن قرار می‌دهد.

۲-۴. مسؤولیت‌پذیری

وجود روحیه مسئولیت‌پذیری در زن و شوهر، یکی از مهمترین شرایط سعادت خانواده است؛ آنان باید به این امر توجه داشته باشند که در برابر همسر و خانواده خود مسئولند و باید به وظایف خود عمل کنند.

قرآن کریم در آیه ۲۴ سوره صافات در خصوص مسئولیت‌پذیری می‌فرماید:

«وَقِفُوهُم انّهم مسئولون»؛ بازداشت‌شان کنید که آنها [نسبت به خود و دیگران] مسئولند و باید پاسخگو باشند.

نظام خانوادگی مطلوب، نظامی است که در آن، هر یک از زن و مرد، حدود وظایف خود را بشناسند و در نیکو انجام دادن آن تلاش کند. انجام وظایف خانوادگی هر یک از همسران، باعث احساس اطمینان و آرامش در آنها می‌شود و ایشان را به زندگی خود امیدوار می‌سازد؛ بدین وسیله ریشهٔ هرگونه اختلاف و نزاع برچیده می‌شود.

۲-۵. صله ارحام

خداوند ما را به صله ارحام بسیار سفارش کرده است. در قرآن‌کریم می‌خوانیم:

«فهل عسیتم ان تولیتم ان تفسدوا فی‌الارض و تقطعوا ارحامکم‌اولئك الذین لعنهم الله فآصمهم و اعمی ابصارهم» (سوره محمد، آیات۲۲ و ۲۳)؛ آیا شما (منافقان) اگر از فرمان خدا و اطاعت قرآن روی بگردانید، یا در زمین فساد و قطع رحم کنید، باز هم امید (نجات) دارید.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

همین منافقان هستند که خدا آنها را لعن کرده، گوش و چشمشان را کر و کور گردانیده است.

انسان موجودی اجتماعی است و غالب نیازهای او هم یا در ارتباط با اجتماع و یا توسط اجتماع برآورده می‌شود. وابستگی فرد به گروه و دوستی گروه با فرد و ارتباط انسانی بین آنها به تشکیل شخصیتی سالم و با نشاط و تحقق امنیت خاطر و آرامش در انسان کمک شایانی می‌کند (نجاتی، ۱۳۸۱: ۳۸۲).

۳- شاخص‌های اقتصادی

۳-۱. تأمین رفاه خانواده

پیامبر گرامی اسلامﷺ فرموده‌اند: هر کس در تلاش برای خانواده خود از طریق روزی حلال باشد، مانند مجاهدی در راه خداوند است (نراقی، ۱۳۸۳، ج۲: ۱۷۸).

دستورات اسلام موجب عزت نفس و عدم وابستگی به غیر می‌شود. برای عمل به آن آرامش روانی به همراه دارد و موجب فراغ بال در خانواده و یقیناً دوام و قوام پایه‌های زندگی خواهد شد. با عمل به این دستورات خانواده در مسیر صحیح خود هدایت خواهد شد و این امر در تربیت فرزندان نیز اثرگذار خواهد بود.

۳-۲. کار و تلاش

در سبک زندگی بسیاری مکاتب تحریف شده یا بشری دعوت به انزا و سکون و سکوت بطور افراطی وجود دارد اما سبک زندگی اسلامی دقیقاً در مقابل آن است.

قرآن کریم دعوت به سعی و تلاش را به طرق مختلف انجام داده است:

«وَأَن لَّيْسَ لِلْإِنسَانِ إِلَّا مَا سَعَى» (سوره نجم، آیه ۳۹)؛ انسان چیزی جز سعیش ندارد.

بر این اساس زندگی انسان مسلمان مملو از تلاش و کوشش عملی و فکری است. انسان مسلمان آرام و قرار ندارد همانگونه که کشتی در دریای آرام یا طوفانی

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

توقفی ندارد.

۳-۳. قناعت در زندگی

«وَالَّذِينَ إِذَآ أَنفَقُواْ لَمْ يُسْرِفُواْ وَلَمْ يَقْتُرُواْ وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَاماً» (سوره فرقان، آیه ۶۷)؛ و آنان هستند که هنگام انفاق به مسکینان اسراف نکرده و بخل هم نورزند بلکه در احساس میانه رو و معتدل باشند.

قناعت آثار فراوان و سودمندی دارد و موجب پیشگیری از بسیاری از رذایل اخلاقی و جرایم حقوقی می‌گردد. به همین اساس در نظام اخلاقی بسیار مورد سفارش واقع شده است.

۴- شاخص‌های عقلانی

۱-۴. ممارست بر فکر کردن

خانواده قرآنی اولین راهکار و برنامه را تثبیت روحیه تفکر قبل از عمل می‌داند «الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللّهَ قِيَامًا وَ قُعُودًا وَ عَلَىَ جُنُوبِهِمْ وَ يَتَفَكَّرُونَ فِى خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَ الأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ» (سوره آل عمران، آیه۱۹۱)؛ همانان که خدا را (در همه احوال) ایستاده و نشسته، و به پهلو آرمیده یاد می‌کنند، و در آفرینش آسمانها و زمین می‌اندیشند (که) پروردگارا، اینها را بیهوده نیافریده‌ای منزهی تو! پس ما را از عذاب آتش دوزخ در امان بدار.

از جمله راه‌هایی که ما از قرآن استفاده می‌کنیم این است که انسان تمرین کند و خود را عادت دهد به فکر کردن؛ برنامه‌ای داشته باشد برای اینکه مقداری از وقتش را برای فکر کردن صرف کند. در این زمینه آن قدر تشویق شده که یک ساعت فکر کردن مساوی با یک یا شصت سال عبادت تلقی شده است (مجلسی، ۱۳۹۶ق، ج ۶۹: ۲۹۳).

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

۲-۴. آینده‌نگری و عاقبت‌اندیشی

بکارگیری عقل در زندگی و بررسی جوانب کار بر اساس مصلحتها انسان را فردی دوراندیش و عاقبت نگر بار می‌آورد که می‌تواند از این طریق بسیاری از مشکلات فرا روی خود را از میان برداشته و به سعادت نائل آید.

«وَ ابْتَغِ فیما آتاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ» (سوره قصص، آیه ۷۷)؛ و با آنچه خدایت داده سرای آخرت را بجوی.

حضرت علی علیه‌السلام می‌فرمایند: «داناترین مردم آن است که بیشتر از همه به عاقبت کار بنگرد» (محلاتی، ۱۳۷۷: ۵۲). بسیاری از اختلافات و لغزشهای زن و شوهر، معلول خودخواهی، نپختگی، شتاب‌زدگی و عدم تدبیر و اندیشه در عاقبت کارهاست. برای اینکه آنها از پیش آمد ناگوار مصون باشند باید عاقبت اندیش باشند تا از سقوط در پرتگاهها در امان بمانند.

۳-۴. اجتناب از اتلاف وقت و استفاده از فرصتها

مدیریت زمان می‌طلبد که انجام کارهای مختلف در زمان مناسب صورت گیرد نه زودتر، نه دیرتر، گاهی باید تأمل و درنگ کنیم تا وقت مناسب یک کار فرا برسد چون اقدام زود هنگام آن را به نتیجه نمی‌رساند، گاهی هم درنگ بیجا و از دست دادن فرصتهای طلایی و امروز و فردا کردن و به تعبیر روایات «تسویف» موجب هدر رفتن زمان مناسب می‌شود. پیش از آنکه زمینه‌ها از بین برود باید زمان‌شناس بود و کارهای مفید را در زمان و مکان خود انجام دهید (محدثی، ۱۳۸۶: ۲۳- ۲۵).

خانواده‌ای که زمان را مدیریت نماید همه چیز را در خود انجام خواهد داد و در کنار امور مادی به معنویات نیز توجه می‌کند. این همان چیزی است که معصومین بزرگوار نیز بسیار بدان سفارش کرده‌اند.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

۴-۴. انجام کارها از راه صحیح آن

در میان اندیشه‌ها و آئین‌هایی که برای درست زیستن وجود دارند، این قرآن است که تمام آیاتش مصداق ورود به کارها از راه صحیح آنهاست. زیرا قرآن، کامل‌ترین کتاب و جامع‌ترین قانون انسان‌سازی است. آیه ۱۸۹ سوره بقره بیانگر این مسئله است؛ «وَلَكِنَّ الْبِرَّ مَنِ اتَّقَى وَأْتُواْ الْبُيُوتَ مِنْ أَبْوَابِهَا»؛ نیکی آن است که انسان دارای تقوی باشد، و خانه‌ها را از درِ آن وارد شوید یعنی لازمه تقوی این است که خانه‌ها را از در آن و به اذن اهلش وارد شوید.

۴-۵. حَکَمیت

خداوند در قرآن کریم توصیه می‌کند که اگر همسران، با مصالحه، مشکل خانوادگی را حل کنند و خطر از هم پاشیدگیِ آن، همچنان باقی بود، از افراد با تجربه، به عنوان حَکَم استفاده کنند تا شاید آنان بتواند به این مشکل پایان دهند. قرآن در آیه ۳۵ سوره نساء در این باره می‌فرماید:

«فَابْعَثُوا حَكَماً مِنْ أَهْلِهِ وَ حَكَماً مِنْ أَهْلِها»؛ یک نفر از خانوادهٔ مرد و یک نفر از خانوادهٔ زن را (بدین منظور) گسیل دارید.

و بر زوجین لازم است که به قضاوت آن دو، تن دهند تا کانون خانواده برقرار و پایدار بماند و تا آنجا که ممکن است، صلح و سازش باشد نه جدال و درگیری (مصباح یزدی، ۱۳۷۷، ج ۳: ۸۰).

۵- شاخص‌های اخلاقی

۵-۱. محبت

از دید اسلام اساس زندگی خانوادگی بر محبت است. خداوند در قرآن می‌فرماید: «وَ مِنْ آياتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْواجاً لِتَسْكُنُوا إِلَيْها وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً» (سوره روم، آیه ۲۱)؛ یکی از نشانه‌های خداوند این است که برای شما از جنس

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

خودتان همسرانی آفرید تا در کنارشان بیارامید و میان شما و همسرانتان موّدت و رحمت برقرار ساخت.

محبت در آرامش زندگی تأثیر بسزایی دارد و قرآن به آن اهمیت فراوانی داده است، تا آنجا که محبت مردم نسبت به شخصی را نوعی پاداش دنیوی به اهل ایمان و صالحان می داند.

۲-۵. رعایت حیا و عفت و پوشش مناسب

قرآن یکی از ویژگیهای انسان مؤمن را عفت می‌داند، این ویژگی موجب استحکام خانواده می‌شود؛ «والذینَ هم لفروجهم حافظون» (سوره مؤمنون، آیه ۵)؛ و کسانی که پاکدامنند.

قرآن به زنان مؤمن می‌فرماید: «حجاب خود را، حتی در مورد زینتها، حفظ کنند، و مقنعه خود را بر سینه خود افکنند [تا گردن و سینه با آن پوشانده شود]». در آیه ۲۰ سوره مؤمنون می‌فرماید: «او [خداوند] از خیانت چشمها آگاه است و از آنچه در سینه‌ها پنهان است خبر دارد. این نگاه کردن به نامحرم ممنوع شده است».

۳-۵. حفظ و نگهداری اسرار خانوادگی از دیگران

قرآن همگان بخصوص اعضای خانواده را به حفظ اسرار سفارش می‌کند. چنانچه در آیات ۳ و۴ سوره تحریم می‌فرماید:

«وَإِذْ أَسَرَّ النَّبِيُّ إِلَى بَعْضِ أَزْوَاجِهِ حَدِيثًا فَلَمَّا نَبَّأَتْ بِهِ وَأَظْهَرَهُ اللَّهُ عَلَيْهِ عَرَّفَ بَعْضَهُ وَأَعْرَضَ عَن بَعْضٍ فَلَمَّا نَبَّأَهَا بِهِ قَالَتْ مَنْ أَنبَأَكَ هَذَا قَالَ نَبَّأَنِيَ الْعَلِيمُ الْخَبِيرُ * إِن تَتُوبَا إِلَى اللَّهِ فَقَدْ صَغَتْ قُلُوبُكُمَا وَإِن تَظَاهَرَا عَلَيْهِ فَإِنَّ اللَّهَ هُوَ مَوْلَاهُ وَجِبْرِيلُ وَصَالِحُ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمَلَائِكَةُ بَعْدَ ذَلِكَ ظَهِيرٌ»؛ به خاطر بیاورید هنگامی را که پیامبر یکی از رازهای خود را به بعضی از همسرانش گفت، ولی هنگامی که وی آن را افشا کرد و خداوند پیامبرش را از آن آگاه ساخت قسمتی از آن را برای او بازگو کرد و از قسمت دیگر خودداری نمود هنگامی که

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

پیامبر همسرش را از آن خبر داد گفت چه کسی تو را از این راز آگاه ساخته؟ فرمود خدای عالم و آگاه مرا آگاه ساخت! اگر از کار خود توبه کنید (به نفع شما است) زیرا دلهایتان از حق منحرف گشته و اگر بر ضد او دست به دست هم دهید (کاری از پیش نخواهید برد) زیرا خداوند یاور او است، و همچنین جبرئیل و مؤ منان صالح، و فرشتگان بعد از آنها پشتیبان او هستند.

۴-۵. صبر

برای حضور در عالم «عنداللّه» و تحقق حیات طیّبه، باید عوامل درونی وابستگی به حیات دنیا را از بین برد و لازمه این توفیق، صبر و استقامت بر عهد عبودیت است که موجب آزاد شدن دل از قید و بند دنیا می‌گردد و پیش از فرا رسیدن مرگ طبیعی، شهادت معنوی و حیات طیّبه نصیب بنده بردبار و مجاهد فی سبیل اللّه می‌گردد.

«مَا عِندَكُمْ يَنفَدُ وَ مَا عِندَاللّهِ بَاق وَلَنَجْزِيَنَّ الَّذِينَ صَبَرُواْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُواْ يَعْمَلُونَ» (سوره نحل، آیه۹۶)؛ آنچه نزد شماست نابود می‌شود و آنچه نزد خداست پایدار می‌ماند و بدون شک، کسانی که صبر ورزیدند به نیکوتر از عملشان پاداش می‌دهیم.

صبر و شکیبایی در برابر ناملایمات زندگی، خانواده را از گزند آسیبها مصون داشته، آنها را به سوی هدفی برتر که رسیدن به سعادت و کمال است، رهنمون می‌نماید.

۵-۵. احترام به اعضای خانواده

قرآن کریم پس از فرمان به پرستش خداوند و نهی از شرک ورزیدن، به احسان و نیکی کردن به پدر و مادر فرمان می‌دهد: «وَاعْبُدُوا اللَّهَ وَ لا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئاً وَ بِالْوالِدَيْنِ اِحْساناً» (سوره نساء، آیه ۳۶)؛ خدا را بپرستید و به او شرک نورزید و به پدر و مادر خود احسان کنید.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

در کنار سفارشات بسیار به فرزندان برای احترام و احسان به والدین، از طرف دیگر احترام به فرزندان و انتخاب نام نیکو، عدالت بین آنها، محبت به آنها و .... نیز در آیات و روایات سفارشاتی آمده است.

۶-۵. صلح و سازش

یکی دیگر از عوامل مؤثر بر سبک زندگی و ایجاد حیات طیبه؛ صلح و سازش خانواده است. خداوند در این باره می‌فرماید: «وَ إِنِ امْرَأَةٌ خافَتْ مِنْ بَعْلِها نُشُوزاً أَوْ إِعْراضاً فَلا جُناحَ عَلَيْهِما أَنْ يُصْلِحا بَيْنَهُما صُلْحاً وَ الصُّلْحُ خَيْرٌ» (سوره نساء، آیه ۱۲۸)؛ هرگاه زنی نگران طغیان و سرکشی و یا اعراض و کناره‌گیری همسرش بود منعی نیست از این که با هم صلح کنند (و از پاره‌ای از حقوق خود بگذرد) که سازش (در هر حال) بهتر است.

۷-۵. معذرت‌خواهی و پذیرش آن

عذرخواهی یکی دیگر از شاخص‌هایی سبک زندگی اسلامی در جهت ایجاد حیات طیبه است. در برخی از آیات آمده است که برای اینکه آرامش در خانواده‌ها حکمفرما باشد باید عفو و گذشت در بین همسران وجود داشته باشد از جمله در آیه ۳۷ سوره شوری آمده است: «وَ إِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ»؛ و چون به خشم درمی‌آیند درمی‌گذرند. معمولاً مؤمنین و مؤمنات زمان خشم عفو می‌کنند، بسیاری از عصبانیت‌ها، مشکلات روانی و سوءظنها با عفو و گذشت و بخشش حل می‌شود. در دیدگاه اسلامی عفو می‌تواند به عنوان یکی از روشهای درمانی در اصلاح رفتار فرد با دیگران به کار رود (نراقی، ۱۳۸۶: ۲۱۶).

۸-۵. کنترل خشم

کنترل خشم که همان حلم و بردباری است، در آیات وحی بسیار توصیه شده است و مخاطبان قرآن به خویشتنداری و نیکورفتاری با دیگران فرا خوانده شده‌اند:

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

«وَالْكَاظِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ وَاللّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ» (سوره آل عمران، آیه ۱۳۴)؛ و خشم خود را فرو می‌برند و از خطای مردم در می‌گذرند و خدا نیکوکاران را دوست دارد.

بسیاری از آسیبهایی که منجر به فروپاشی نظام خانواده می‌شود، در نتیجه خشم است که اگر مدیریت شود، خانواده را در مسیر حیات طیبه قرار می‌دهد.

۹-۵. نصیحت کردن و اندرز دادن

خیرخواهی در گفتار و وعظ و اندرز به اشخاصی که به طریقی در گمراهی به‌سر می‌برند مورد توجه قرآن قرار گرفته است. این امر هم درخصوص همسر نافرمان به کار رفته که به شوهران فرمان می‌دهد آنها را موعظه کنند (سوره نساء، آیه ۳۴)، و هم در خصوص برخورد با تمام مردم که فرمان به دعوت مردم با برهان و اندرز نیکو به راه پروردگار می‌دهد (سوره نحل، آیه ۱۲۵، سوره نساء، آیه ۶۳).

یادآوری پیامدهای رفتار به فرزندان و از غفلت درآوردن آنها، راه مناسبی برای باز دارندگی است، البته به شرط آنکه با ملایمت انجام شود، در خفا و دور از چشم دیگران باشد و در تذکر دادن افراط صورت نگیرد تا شائبهٔ مداخله در امور فرزند پیش نیاید.

۱۰-۵. نجابت خانوادگی

یکی از بسترهای موفقیت، نسب پاک و طهارت باطنی خانواده است که آثار آن را می‌توان در فرزندان و رفتار آنان مشاهده کرد. قرآن کریم می‌فرماید: «وَ الْبَلَدُ الطَّيِّبُ يَخْرُجُ نَبَاتُهُ بِإِذْنِ رَبِّهِ وَ الَّذِي خَبُثَ لاَ يَخْرُجُ إِلاَّ نَكِداً» (سوره اعراف، آیه۵۸)؛ سرزمین پاکیزه گیاهش به فرمان پروردگار می‌روید، اما از سرزمین بدطینت و شوره زار جز گیاه ناچیز و بی‌ارزش چیزی نمی‌روید.

پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم در خصوص انتخاب همسر فرمودند: «از گیاه سبزی

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

که بر زباله‌ها روییده است، بپرهیزید». سؤال شد: «ای رسول خدا، مقصود از گیاه سبزی که بر زباله روییده است، چیست»؟ حضرت فرمودند: «زن زیبایی که در خانواده‌ای ناشایسته رشد کرده باشد.» «ایاکم و خضراء الدّمن. فقیل: یا رسول الله، و ما خضراء الدّمن؟ فقال: المراه الحسناه فی منبت السوء» (مفید، ۱۴۱۰ق: ۵۱۲).

این یافته‌ها در جدول شماره یک خلاصه شده است.

جدول شماره ۱- شاخص‌های سبک زندگی اسلامی در خانواده به منظور ایجاد حیات طیبه

ابعاد	مؤلفه‌ها	مصادیق
دینی و اعتقادی	خدا باوری و خدا محوری	آیه ۲۵ سوره حدید-آیه ۶۱ سوره یونس- آیه ۲۴ سوره کهف
	اعتقاد به زندگی پس از مرگ	آیات ۷۰-۷۲ سوره زخرف
	ولایت‌پذیری	آیه ۷۱ سوره توبه - آیه ۶ سوره احزاب - آیه ۲۴ سوره انفال
	توکل به خدا	آیه ۵۶ سوره هود
	دعوت به عبادت	آیه ۱۳۲ سوره طه- آیه ۲۹ سوره معارج- آیه ۱۸۶ سوره بقره - آیات ۵۴ و ۵۵ سوره مریم- آیه ۱۰۴ سوره انعام
اجتماعی	مشورت و هم اندیشی	آیه ۶ سوره طلاق -آیه ۳۸ سوره شوری
	امربه معروف و نهی از منکر	آیه۶ سوره تحریم
	حسن معاشرت	آیه ۲۲۸ سوره بقره- آیه ۱۹ سوره نساء
	مسئولیت‌پذیری	آیه۲۴ سوره صافات
	صله ارحام	آیه ۱ سوره نساء- آیات ۲۱و ۲۲ سوره رعد - آیات ۲۲و ۲۳ سوره محمد
اقتصادی	تأمین رفاه خانواده	آیه ۱۶۸ سوره بقره
	قناعت در زندگی	آیه ۶۴ سوره فرقان
	کار و تلاش	آیه ۲۹ سوره الرحمن- آیه ۲۹ سوره نجم- آیه ۱۹ سوره اسراء

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

عقلانی	ممارست بر فکر کردن	آیه ۱۹۱ سوره آل عمران
	آینده نگری و عاقبت اندیشی	آیه ۷۷ سوره قصص
	اجتناب از اتلاف وقت و استفاده از فرصتها	آیه ۳ سوره مومنون- آیه ۱۴۲ سوره اعراف
	انجام کارها از راه صحیح	آیه ۱۸۹ سوره بقره- آیه ۲۷ سوره نور
	حکمیت	آیه۳۵ سوره نساء
اخلاقی	محبت	آیه ۲۱ ۵ و ۲۰ سوره روم- آیه ۹۶ سوره مریم
	رعایت حیاء عفت و پوشش مناسب	آیات ۵ و ۲۰ سوره مؤمنون
	حفظ و نگهداری اسرار خانواده	آیات ۳ و ۴ سوره تحریم-آیه ۳۴ سوره نساء
	صبر	آیه۹۶ سوره نحل
	احترام به اعضای خانواده	آیه ۳۶ سوره نساء-آیه ۲۳ و ۲۴ سوره اسراء- آیه ۱۵ سوره لقمان
	صلح و سازش	آیه۱۲۸ سوره نساء

عوامل آسیب‌زایی که مانع سبک زندگی اسلامی در خانواده و ایجاد حیات طیبه می‌شود، کدامند؟

خانواده، مانند همه نهادهای پر ارزش، در معرض انواع آسیب‌ها و آفتهایی است که سلامتی، استواری و پویایی آن را تهدید می‌کند.

مهمترین چالشی که خانواده امروزی با آن روبروست، دگرگونی سریع و عمده هنجارها و ارزشهای خانوادگی میان فرزندان و والدین است تا جایی که می‌توان صحبت از هنجارهای رقیب در کنار هنجارهای سنتی کرد، این هنجارهای رقیب منشاء بسیاری از تعارضها در خانواده‌ها می‌باشند. در زمینه هنجارهای رقیب می‌توان به نحوه همسرگزینی، شیوه دوست‌یابی، گذران اوقات فراغت، رابطه با

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

جنس مخالف، نگرش و رفتار دینی و انتخاب در مصرف کالاهای فرهنگی داشت (معیدفر و صبوری خسروشاهی، ۱۳۹۰: ۷۰).

در اینجا به برخی از عوامل مادی و روانی که مانع سبک زندگی اسلامی در خانواده و در نتیجه حیات طیبه می‌شود، اشاره می‌کنیم؛

۱- عوامل مادی

حبّ دنیا

یکی از عوامل آسیب‌زا، دنیادوستی و دنیاپرستی است. علاقه مفرط به مادیات گاه فرد را از کمک به اعضای خانواده و تأمین مخارج و نیازمندیهای ایشان باز می‌دارد. چه بسیارند پدرانی که با ثروت بسیار از کمک به فرزندان خودداری می‌کنند و حاضر نیستند نیازهای مادی ایشان را تأمین کنند و چه بسیارند زنانی که مطالبات بسیار دارند و شوهران خویش را با درخواستهای بسیار خود شرمنده می‌کنند و خشونت کلامی بسیار بر ایشان دارند.

این عامل خشونت نیز در برخی آیات قرآن آمده است. برای نمونه در خانواده پیامبر اسلامﷺ همسران آن حضرت بی‌توجه به موقعیت آن حضرت مطالبات بسیار مادی داشتند و با این خواستهای ناحق و ناشایست پیامبرﷺ را آزرده می‌ساختند تا آنجا که در این باره آیه شریفه زیر فرود آمد:

«یا ایّها النّبیّ قل لازواجك إن کنتنّ تردن الحیاة الدنیا و زینتها فتعالین امتّعکنّ و أسرّحکنّ سراحاً جمیلا» (سوره احزاب، آیه ۲۸)؛ ای پیامبر! به همسرانت بگو: اگر شما زندگی دنیا و زرق و برق آن را می‌خواهید بیاید با هدیه‌ای شما را بهره‌مند سازم و شما را به طرز نیکویی رها سازم!.

چشم و هم‌چشمی

شاید بتوان گفت درصد بسیاری از اختلافات خانوادگی همین چشم و هم

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

چشمی‌هایی است که اعضای خانواده در امور مادی نسبت به همدیگر دارند. اسلام همگان را به دوری از تجمل گرایی و اسراف دعوت می‌کند.

«اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهْوٌ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ» (سوره حدید، آیه۲۰)؛ بدانید که زندگی دنیا در حقیقت بازی و سرگرمی و آرایش و فخرفروشی شما به یکدیگر و فزون‌جویی در اموال و فرزندان است [مثل آنها] چون مثل بارانی است که کشاورزان را رستنی آن [باران] به شگفتی اندازد سپس [آن کشت] خشک شود و آن را زرد بینی آنگاه خاشاک شود و در آخرت [دنیا پرستان را] عذابی سخت است و [مؤمنان را] از جانب خدا آمرزش و خشنودی است و زندگانی دنیا جز کالای فریبنده نیست.

۲- عوامل روانی

آزار جسمی همسر

یکی از کارهای بسیار زشت و غیرانسانی که از نمودهای تندخویی است و در روایات به شدت از آنها نهی شده، اذیت و آزار همسر است. زن و مردی که با یکدیگر پیوند ازدواج می‌بندند و آرزو می‌کنند که همیشه در کنار هم با خوبی و خوشی زندگی کنند، شاید به ذهن هیچ یک از آنها نرسد که ممکن است کارشان به جایی برسد که مرد همسر خود را بزند؛ با این حال در مواردی این اتفاق می‌افتد.

پیامبر اکرمﷺ در نهی از کتک زدن زنان فرموده است: «من ضرب امراه بغیر حق فانا خصمه یوم القیامه، لا تضربوا نسائکم، فمن ضربهن بغیر حق فقد عصی الله و رسوله» (دیلمی، ۱۴۱۲ق، ج۱: ۱۷۵)؛ کسی که همسر خود را بدون دلیل بزند، در روز قیامت، من دشمن او خواهم بود. زنانتان را نزنید. کسی که زنش را بدون دلیل بزند، خدا و رسولش را عصیان کرده است.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

تکبر و خود بینی در خانواده

تکبّر و به خود بالیدن تکذیب گران حق در میان خانواده خویش، عملی مذموم و مورد تهدید خداوند است:

«ولکِن کَذَّبَ وتَوَلّی * ثُمَّ ذَهَبَ اِلی اَهلِهِ یَتَمَطّی * اَولی لَکَ فَاَولی * ثُمَّ اَولی لَکَ فَاَولی» (سوره قیامت، آیات ۳۲ ـ ۳۵)؛ بلکه تکذیب کرد، و روی گردان شد. سپس به سوی خانواده خود بازگشت در حالی که متکبرانه قدم بر می‌داشت. عذاب الهی برای تو شایسته‌تر است، شایسته‌تر! سپس عذاب الهی برای تو شایسته‌تر است، شایسته‌تر!

انسانهای متکبر بیش از دیگر افراد به خشونت می‌پردازند و بیشتر از دیگران به اذیت و آزار اعضای خانواده اقدام می‌کنند.

تمسخر و عیب‌جویی نمودن از یکدیگر

در مجالس خانوادگی ممکن است افراد به غیبت یا عیب‌جویی از یکدیگر بپردازند که این رفتارها خود آرامش را از خانواده‌ها سلب می‌کند. همه این رفتارها در اسلام به شدت مذمت شده و عواقب اخروی و دنیوی در پی دارد. «یَا أَیُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا لَا یَسْخَرْ قَومٌ مِّن قَوْمٍ عَسَی أَن یَکُونُوا خَیْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاء مِّن نِّسَاء عَسَی أَن یَکُنَّ خَیْرًا مِّنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنفُسَکُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِیمَانِ وَمَن لَّمْ یَتُبْ فَأُوْلَئِکَ هُمُ الظَّالِمُونَ» (سوره حجرات، آیه۱۱)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید نباید قومی قوم دیگر را ریشخند کند شاید آنها از اینها بهتر باشند و نباید زنانی زنان [دیگر] را [ریشخند کنند] شاید آنها از اینها بهتر باشند و از یکدیگر عیب مگیرید و به همدیگر لقبهای زشت مدهید چه ناپسندیده است نام زشت پس از ایمان و هر که توبه نکرد آنان خود ستمکارند.

عدم آشنایی زن و شوهر به حقوق همدیگر و یا نادیده گرفتن حقوق یکدیگر در اثر عدم آشنایی و یا رعایت نکردن حقوق همدیگر، نظام خانواده دچار بحران

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

و تزلزل می‌شود.

به عبارتی زن و مرد که مهمترین رکن نظام مقدس خانواده به شمار می‌روند کمتر به آن بها داده می‌شود. و دنیای غرب به این آفت مبتلا شده و آثار آن کم و بیش در دنیای شرق سرایت کرده است.

در آیه ۲۲۸ سوره بقره درمورد حقوق همسران آمده است: «وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِی عَلَیْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَیْهِنَّ دَرَجَةٌ وَاللّهُ عَزِیزٌ حَکُیمٌ»؛ و مانند همان [وظایفی] که بر عهده زنان است به طور شایسته به نفع آنان [بر عهده مردان] است و مردان بر آنان درجه برتری دارند و خداوند توانا و حکیم است. این آیه شریفه نشانگر حقوق متقابل همسران نسبت به یکدیگر است.

این یافته‌ها در جدول شماره ۲ خلاصه شده است.

جدول شماره ۲- موانع سبک زندگی اسلامی در خانواده و ایجاد حیات طیبه

موانع	مؤلفه‌ها	مصادیق
عوامل و موانع مادی	حبّ دنیا	سوره احزاب، آیه ۲۸
	چشم و هم چشمی	سوره حدید ،آیه ۲۰
عوامل و موانع روانی	آزار جسمی همسر	سوره نساء، آیه ۱۹
	تکبر و خود بینی در خانواده	سوره قیامت، آیات ۳۲ ـ ۳۵، سوره هود، آیه ۴۳
	تمسخر و عیب جویی نمودن از یکدیگر	سوره حجرات، آیه ۱۱
	عدم آشنایی زن و شوهر به حقوق همدیگر و یا نادیده گرفتن حقوق یکدیگر	آیه ۲۲۸، سوره بقره

آثار حیات طیّبه

آثار حیات طیّبه بی‌شمار است؛ زیرا وجود و هستی انسان در سرور و مستی

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

قرب و لقای ذات اقدس احدیت می‌سوزد و از «شراب طهور» شهود جمال ساقی سرمدی می‌نوشد و فانی می‌شود و آینه دل مؤمن همه اوصاف الهی را در خود منجلی و متجلّی می‌سازد.

لقای پروردگار

شهود و لقای الهی برترین ثمره حیات طیّبه است که اولیای خدا در عالم «عنداللّه» از آن برخور دارند: «فَمَن کَانَ یَرْجُو لِقَاء رَبِّهِ فَلْیَعْمَلْ عَمَلا صَالِحاً وَلَا یُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَداً» (سوره کهف، آیه ۱۱۰)؛ پس کسی که مشتاق و امیدوار دیدن پروردگار است، باید عمل شایسته انجام دهد و در بندگی پروردگار شرک نورزد. در این آیه شریفه، دیدار و شهود خداوند در گرو عمل صالح و نفی شرک (ایمان) معرفی شده و حیات طیّبه نیز در گرو این دو است.

آرامش درونی

از دیگر آثار حیات طیّبه، شادی و آرامش درونی است که قرآن کریم در توصیف اولیای خدا و اهل حیات طیّبه فرمود: «اَلا اِنَّ أَوْلِیَاء اللّهِ لاَ خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لاَ هُمْ یَحْزَنُونَ الَّذینَ آمَنُوا وَ کَانُوا یَتَّقُون» (سوره یونس، آیه ۶۳ـ۶۲)؛ آگاه باشید که اولیای خدا از هر بیم و اندوهی سلامت و آسوده‌اند؛ کسانی که ایمان آورده و پرهیزگار بوده‌اند. در آیه دیگری می‌فرماید: «مَنْ آمَنَ بِاللّهِ وَ الْیَوْمِ الآخِرِ وَ عَمِلَ صَالِحاً فَلَا خَوْفٌ عَلَیْهِمْ وَ لاَ هُمْ یَحْزَنُونَ» (سوره مائده، آیه۶۹)؛ کسی که به خدا و روز قیامت ایمان آورد و کارهای شایسته انجام دهد، هیچ هراس و اندوهی ندارد.

بصیرت

از جمله آثار دیگر حیات طیّبه، شعور و بینش برتری است که باطن عالم و ملکوت زمین و آسمانها را برای مؤمنان بلند مرتبه آشکار و ظاهر ساخته است. این توان و بصیرت شهودی از نور خداست که بر قلب آنان تابیده شده و آن را عمیق

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

و وسیع نموده، در نتیجه، از ظلمت ظاهر به نور باطن رسیده و حیاتی دیگر یافته اند: «يَا أَيُّهَا الَّذينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَ آمِنُوا بِرَسُولِهِ يُؤْتِكُمْ كِفْلَيْنِ مِن رَحْمَتِهِ وَ يَجْعَل لَكُمْ نُوراً تَمْشُونَ بِهِ» (سوره حدید، آیه ۲۸)؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، تقوا پیشه کنید و به پیامبر ایمان آورید تا دو بهره از رحمت را دریابید و برای شما نوری قرار دهد که با آن راه بروید.

در این آیه، اسرار بسیاری نهفته است؛ زیرا به مؤمنان می‌فرماید که ایمان بیاورید و معلوم است که در اینجا منظور مراتب برتر ایمان است؛ چون در غیر این صورت، امر به ایمان آوردن مجدّد، تحصیل حاصل و بیهوده خواهد بود و خداوندگار حکیم، امر بیهوده صادر نمی‌فرماید.

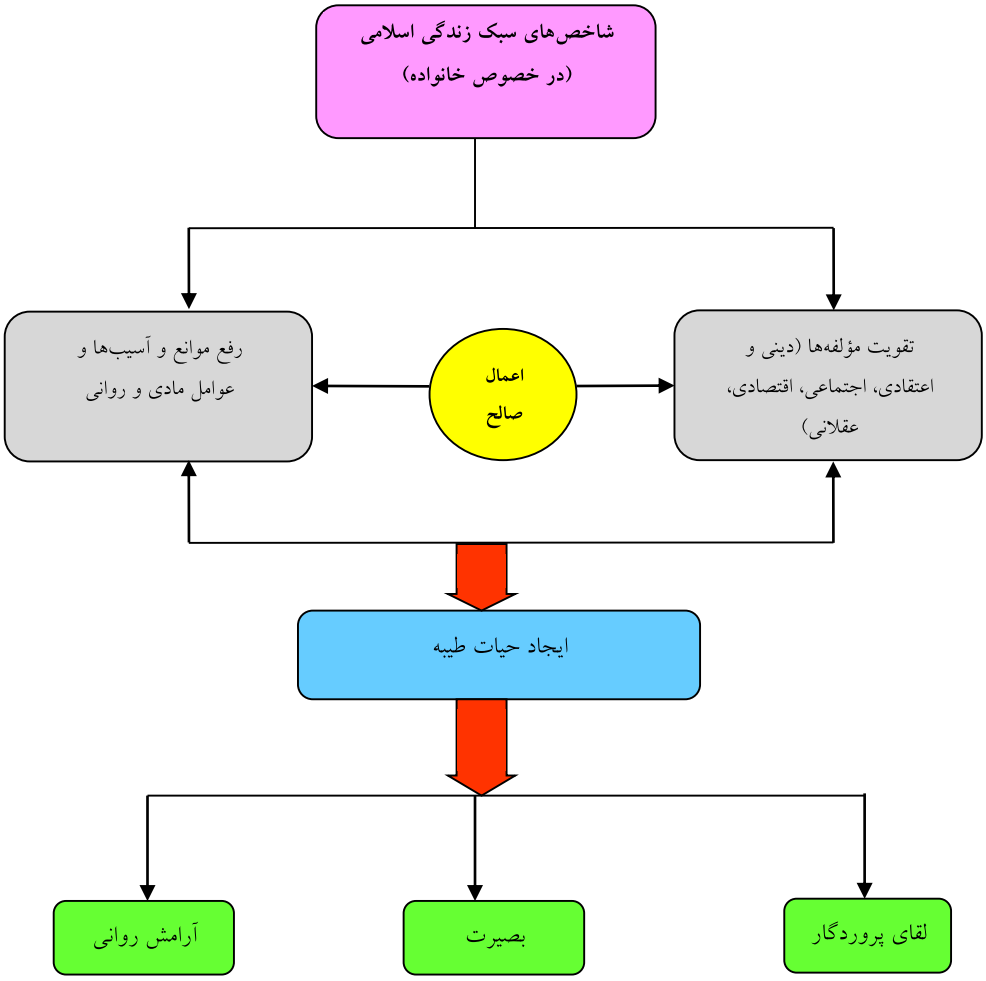
برای اینکه رابطه شاخص‌های سبک زندگی اسلامی که در این تحقیق بیان گردید با حیات طیبه‌ای که قرآن از آن سخن می‌گوید، مشخص شود نمودار زیر نمایش داده شده است. همانطور که از شکل مشخص است، شاخص‌های سبک زندگی اسلامی دارای دو بعد تقویت مؤلفه‌ها و رفع موانع و آسیب‌ها است. نتیجه تقویت مؤلفه‌ها و رفع موانع - که همان اعمال صالحی است که در قرآن معرفی شده- ایجاد حیات طیبه می‌باشد. و ثمرات حیات طیبه نیز بصیرت و آرامش روانی و در نتیجه لقای پروردگار - که عالیترین هدف هر انسان مؤمن و خداجویی است- می‌باشد.

آنچه در مورد آثار حیات طیبه گفته شد، در نمودار زیر خلاصه شده است.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]

[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

نمودار رابطه سبک زندگی اسلامی (در خانواده) با حیات طیبه



بحث و نتیجه‌گیری

در خصوص بررسی سؤالهای پژوهش و همچنین عمده‌ترین نتایج حاصل از تحلیل آنها باید اذعان داشت:

۱. قرآن کریم سرشار از نکات ارزنده و دستورالعمل‌های عینی و همیشگی

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

رفتارهای زندگی است که وابسته به گذشته نیست. به عبارت دیگر فراتر از زمان و مکان و ارائه کننده قواعد عمومی و اصول کلّی در زمینه اعتقادات، اخلاق و جنبه‌های مختلف شریعت و رفتارهای انسانی مطلوب و همیشگی است. قرآن به دلیل جامعیت، اصالت و اینکه ریشه در وحی دارد، هم اینک نیز برای ایجاد ساختاری قوی و نظام‌مند به منظور بهبود روابط و رفتارهای اجتماعی می‌تواند بسیار مؤثر و راهگشا باشد.

۲. خانواده برتر در زندگی دارای سبک و شیوه‌ای ممتاز از دیگران است. زن و شوهر در چنین خانواده‌ای اهـل کار و تلاش‌اند و برای آبادانی دنیا از هیچ کوششی دریغ نمی‌ورزند، از دنیا به قدر کفاف و نیاز برداشت می‌کنند. در زندگی آنها اثری از اسراف و ریخت و پاش دیده نمی‌شود.

۳. خانواده محل رشد و تعالی افراد یک جامعه است اگر جامعه بسته به افرادش است افراد نیز وابسته به خانواده خویشند. مکتبی که به خانواده بها می‌دهد و برای آن ارزشهای ویژه‌ای قائل است و تمام سعیش آن است که خانواده محل امن و آرامش برای افراد باشد. دقت در آیات قرآن نشان می‌دهد که خانواده در اسلام به عنوان کانون پدید آوردنده آرامش و مهربانی از اهمیت بسزایی برخوردار است.

۴. رشد و شکوفایی نظام خانواده، مرهون شناخت و رعایت دقیق حقوق هریکی از اعضای آن نسبت به یکدیگر است. در نظام خانواده پدر و مادر، و زن و شوهر است که هر کدام از حقوق ویژه‌ای در ارتباط با یکدیگر و در ارتباط با فرزندان برخوردار هستند، به عبارتی هر چه خانواده به سوی اسلامی و قرآنی شدن پیش رود، قطعاً جامعه نیز سالمتر خواهد بود.

۵. سبک زندگی اسلامی آثار و برکات بسیاری دارد، اگر بخواهیم اسلام در جامعه نمود پیدا کند نیاز به ایجاد سبک زندگی اسلامی داریم. اگر آداب اسلامی در قالب

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

سبک زندگی در سطح جامعه گسترش بیابد، سلامت روحی و جسمی افراد تأمین می‌شود، اسلام با هر چیزی که سلامت روانی را تهدید کند مخالفت کرده است، اسلام سبک زندگی غنی و متکاملی دارد.

۶. نظر قرآن برای سبک زندگی، عنوان (حیات طیبه) یا زندگانی پاکیزه است. الگوگیری از قرآن در حوزه خانواده می‌تواند نقش مهمی در شکل‌گیری جامعه مورد نظر قرآن کریم و جامعه دینی ایفا کند؛ قرآن در حقیقت به انسان و جامعه روش بهتر زیستن را ارایه می‌دهد و نکاتی که به آن اشاره می‌کند قوانین خطاناپذیر است؛ درحالیکه دستاوردهای ذهن بشر محدود به زمان و مکان است.

۷. سبک زندگی در خانواده همه حوزه‌های اعتقادی، اخلاقی، عاطفی، عقلانی، اقتصادی، اجتماعی را شامل می شود که در این تحقیق مؤلفه‌های هر یک از این حوزه‌ها را با ذکر مصادیق قرآنی آن آوردیم تا با بهره‌گیری از آن بتوانیم براساس زندگی که قرآن بدان سفارش نموده یعنی همان حیات طیبه عمل نماییم.

منابع

قرآن کریم

۱. آزاد، حسین و نصیب البکاء، انسیه (۱۳۸۰). «مقایسه ویژگی‌های فردی و شخصیتی در زوج‌های سازگار و ناسازگار شهرتهران». *فصلنامه دانش و پژوهش*. (بهار۱۳۸۰). نشر دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان. شماره هفتم. صص۴۱-۵۴.

۲. پاک‌نیا، عبدالکریم (۱۳۸۵). «خانواده سالم در پرتو اسلام». *مجله مبلغان*. (فروردین و اردیبهشت۱۳۸۵). شماره۷۷. صص۴۱-۵۳.

۳. حیدری، مجتبی (۱۳۸۵). *دینداری و رضامندی خانوادگی*. قم. انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی«ره».

۴. دیلمی، حسن(۱۴۱۲ق). *ارشاد القلوب*. چ اول. قم. ناشرشریف رضی.

۵. رحمانی فیروز جاه، علی، سهرابی، سعدیه، «رابطهٔ سبک زندگی و دین داری از دیدگاه ابن خلدون»،

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]

مجله پژوهشهای علم و دین، (بهار و تابستان ۱۳۹۰)، سال دوم، شماره اول، صص۱۷-۳۲.
۶. رحیمی، معصومه (۱۳۸۷). بررسی حیات طیبه از دیدگاه قرآن و روایات. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شهید اشرفی اصفهانی.
۷. طباطبائی، سید محمّدحسین(۱۴۱۷ق). *المیزان*. بیروت. مؤسسة الاعلمی للمطبوعات.
۸. طباطبائی، سید محمد حسین (۱۳۶۳). *تفسیر المیزان*. ج۱۱. ترجمه غلامرضا خسروی حسینی. قم. دفتر انتشارات اسلامی. وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه.
۹. کمالی دزفولی، سیدعلی (۱۳۶۹). *قرآن و مقام زن*. تهران. انتشارات هادی.
۱۰. مجلسی، محمد باقر(۱۳۹۶ق). *بحارالانوار*. تهران. مکتبه الاسلامیه.
۱۱. محدثی، جواد(۱۳۸۶). *اخلاق فاطمی*. قم. جامعه الزهرا سلام الله علیها.
۱۲. محلاتی، هاشم رسولی(۱۳۷۷). *غررالحکم و دررالکلم*. تهران. دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۱۳. مصباح یزدی، محمّدتقی(۱۳۷۷). *اخلاق در قرآن*. تحقیق و نگارش محمّدحسین اسکندری. قم. مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
۱۴. مصطفوی، سید جواد(۱۳۸۲). *بهشت خانواده*. چ بیستم. قم. دارالفکر.
۱۵. معید فر، سعید و صبوری خسروشاهی، حبیب (۱۳۹۰). «تعارض فرزندان با والدین در سبک زندگی». *فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی*. (تابستان ۱۳۹۰). شماره ۷. صص۶۷-۹۸.
۱۶. مفید، محمدبن نعمان (۱۴۱۰ق). *المقنعه*. چ دوم. قم. مؤسسه نشر اسلامی وابسته به جامعه مدرسین.
۱۷. مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۸). *تفسیر نمونه*. ج۲۴. تهران. دارالکتب الاسلامیه.
۱۸. موسوی، رقیه (۱۳۷۷). بررسی و مقایسه عوامل مؤثر بر رضامندی زناشویی در سه گروه پزشکان، کارمندان و کارگران شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تربیت معلم. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی.
۱۹. میر احمدی زاده، علیرضا و همکاران (۱۳۸۲). «رضایت‌مندی زناشویی و تعیین عوامل تأثیرگذار بر آن در شیراز». *فصلنامه اندیشه و رفتار*. (بهار ۱۳۸۲). سال هشتم. شماره۳۲. صص۵۶-۶۳
۲۰. نجاتی، محمد عثمان(۱۳۸۱). قرآن و روان شناسی. ترجمه عباس عرب. مشهد. بنیاد پژوهش‌های اسلامی.
۲۱. نراقی، احمد (۱۳۸۶). معراج السعاده. قم. انتشارات هجرت.
۲۲. نراقی، مولی مهدی (۱۳۸۳). جامع السعادات. ترجمه دکتر سید جلال‌الدین مجتبوی. تهران. حکمت.

[Downloaded from mail.safinahmagazine.ir on 2026-11-20]
[DOR: 20.1001.1.17350689.1398.16.64.8.4]