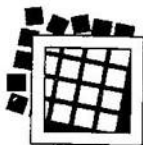


آشنایی با آموزش زندگی خانواده  
(F.L.E)  
خانواده و مذهب

اقتباس و تدوین:  
دکتر کامران جعفری نژاد



سازمان بهزیستی کشور  
معاونت امور فرهنگی و پیشگیری

## مطالعات خانواده و مذهب

نقش مذهب در ازدواج از سالها پیش، به‌ویژه در جهان غرب، موضوع مطالعات متعددی قرار گرفته است. اکثر تحقیقات به افرادی پرداخته‌اند که به سیستم‌های مذهبی به خصوص یهودی - مسیحی تعلق داشته‌اند و در اغلب این مطالعات به رفتارهای مذهبی و نه احساسات معنوی پرداخته شده است زیرا برای محققین توافق در مورد آنچه که می‌توان "رفتار مذهبی" نامید آسان‌تر است. با این همه به نظر می‌رسد که یافته‌های این تحقیقات قابل تعمیم به زندگی سایر زوجین باشد.

بسیاری از مطالعات نشان می‌دهند که تعهد مذهبی برای زندگی اکثر زوج‌های متأهل سودمند است. برای مثال، زوج‌های مذهبی از زندگی خانوادگی خود رضایت بیشتری دارند، شانس طلاق آنها کمتر است، تعارض میان آنها کمتر است و تعهدپذیری بیشتری نسبت به یکدیگر دارند. علاوه بر این زوج‌های مذهبی بیش از سایرین ممکن است از فداکاری برای یکدیگر احساس رضایت کنند و از احساس هویت خانوادگی قوی‌تری برخوردارند. این یافته‌ها با در نظر گرفتن ارزش‌هایی که گروه‌های مذهبی سنتی به آنها تکیه می‌کنند، معنای بیشتری می‌یابند.

البته این مطالب به آن معنی نیست که زوج‌های مذهبی همیشه ازدواج‌های بهتری دارند. یافته‌های موجود اگر چه از لحاظ آماری معنی دارند و به‌طور ثابت تکرار می‌شوند اما تفاوت‌های آماری زیاد نیست. پس از یافتن ارتباط میان تعهد مذهبی و موفقیت در ازدواج، محققین سعی کرده‌اند با شکل دادن پژوهش‌هایی، ویژگی‌های زوج‌های مذهبی را که در ایجاد خرسندی و سلامتی ازدواج آنها نقش ایفا می‌کنند، جستجو کنند. شماری از مطالعات وسیع انجام شده در این زمینه، این نظر را تقویت کرده است که هر گاه همسران فعالانه با یکدیگر در انجام اعمال مذهبی همراهی داشته باشند، تعهد مذهبی آنها برای ازدواج و خانواده آنها سودمندتر خواهد بود.

## در کنار یکدیگر باشید

آنت ماهونی و اینی پارگام<sup>۱</sup> و همکارانشان یکی از جالبترین مطالعات را درباره نقش مذهب در ازدواج انجام داده‌اند.

نتایج مطالعه آنها نیز مانند مطالعات پیشین نشان داد که تعهد مذهبی و داشتن پیش زمینه مذهبی مشترک به سود زوجها است. اما مهم‌تر این که مطالعات نشان داد اعمال مذهبی که همسران مشترکاً انجام می‌دهند از اهمیت بیشتری برخوردار است. زوج‌هایی که اعمال مذهبی را فعالانه به همراه یکدیگر انجام می‌دادند و نیز آنهایی که معنایی متعالی برای ازدواج خود قایل بودند، خوشحال‌تر از سایرین بودند، تعارض میان آنها کمتر بود، بیشتر از کارهای مشترک استقبال می‌کردند و کمتر درگیر رفتارهای پرخطر می‌شدند.

مطالعه محققین مرکز ازدواج و خانواده دانشگاه کریگتون نیز نتایج مشابهی را نشان داد. در این مطالعه زوج‌هایی با پیش زمینه مذهبی مشترک با زوج‌هایی مقایسه شدند که به دو فرقه متفاوت مذهبی تعلق داشتند اما پس از ازدواج یکی از زوجین به فرقه مذهبی همسرش پیوسته بود. نتایج تحقیق نشان داد که شانس طلاق گروه دوم کمتر بود. اکثر زوج‌های گروه دوم انگیزه اصلی برای پیوستن به فرقه مذهبی همسر خود را اشیا دو جانبه خود و همسرشان برای انجام اعمال مذهبی به همراه یکدیگر عنوان کردند. معنای این یافته‌ها این است که شما قادرید با همراهی در انجام اعمال مذهبی کار فوق‌العاده‌ای برای تحکیم رابطه خود انجام بدهید. ما معتقدیم که عمل به باورهای مشترکتان به همراه یکدیگر، شیوه پر قدرتی برای بودن با یکدیگر در "صفحه مشترک زندگی" شماست.

ارزیابی شما از نتایج این تحقیقات چیست؟

با وجود این که بسیاری از شما توضیحات معنوی معتبری برای یافته‌های اخیر دارید، در حال حاضر تنها قصد داریم به دو عامل اساسی اشاره کنیم:

نیاز به حمایت اجتماعی و نقش یک جهان بینی مشترک.

1. Annette Mahoney, Kenny Pergament

## نیاز به حمایت اجتماعی

حامی شما کیست؟

بسیاری از مردم با تعق به یک جامعه مذهبی از یک سیستم حمایتی قوی برخوردار می‌شوند. برای اغلب مردم تعلق به گروه‌های اجتماعی و مذهبی در صورتی که به‌خوبی با آن گروه سازگار باشند، سودمند است. و برعکس، مطالعات به‌طور ثابت نشان می‌دهند احتمال بروز مشکلات جسمی، عاطفی و فقر در افراد منزوی بیشتر است. در واقع برخی تحقیقات نشان می‌دهند که خطر انزوا برابر با خطر مصرف دخانیات است. به‌علاوه بسیاری از مطالعات نشان می‌دهند افرادی که از پشتیبانی اجتماعی محرومند بیش از سایرین در برابر استرس‌های شدید، آسیب‌پذیرند. تزوی سلامت اکثر مردم را به خطر می‌اندازد. هیچکس یک جزیره تنها نیست\*.

تعهد مذهبی زوج‌ها، ساختاری اجتماعی برای آنها فراهم می‌سازد که از ازدواج آنها حفاظت می‌کند. مذاهب رفتارها و آیین‌های انسانی را معین می‌سازند و برای انسان‌ها امکان ارتباط متقابل ایجاد می‌کنند. برای مثال، اکثر گروه‌های مذهبی و معنوی گردهمایی‌های گروهی منظمی دارند و فعالیت‌های متنوع مذهبی، جلسات دعا و قرائت، آموزش، گروه‌های بحث و گفتگو و نظایر آن را ایجاد می‌کنند. امور خیریه، رسیدگی به بیماران و سالمندان و کار خیریه از سایر فعالیت‌های گروه‌های مذهبی است.

مثال: خانم و آقای "ب" در کلیسا با یکدیگر آشنا شدند. هر دوی آنها از سالها قبل عضو فعال کلیسا بودند و همه اعضای کلیسا را همراه با اعضای خانواده به جشن ازدواجشان دعوت کردند. جمع وسیع افراد حاضر در جشن ازدواج آنها نشان دهنده حمایتی است که در آینده از آن برخوردار خواهند بود. افراد حاضر در جشن ازدواج آنها منحصر به اقوام آنها نبود و ازدواج آنها در برابر تمام اعضای جامعه‌ای که می‌شناختند و از آنها حمایت کرده بودند. پس از این نیز در زندگی آنها نقش ایفا خواهند کرد، انجام گرفت. می‌توانید در ذهن خودتان سیستم حمایتی بسیار قوی را که این زوج از آن برخوردار خواهند بود، مجسم کنید. خانم و آقای "ب" به‌طور منظم در جلسات هفتگی کلاس حاضر می‌شوند و جامعه مذهبی آنها ازدواجشان را تشویق و حمایت می‌کند.

شاید شما چنین ارتباط تنگتنگی را با جامعه مذهبی خودتان نپسندید. اما برای همه زوج‌ها برخورداری از یک سیستم حمایتی قوی بسیار لازم است. صرف نظر از شیوه ارتباطی که دارید، روابط اجتماعی برای استحکام خانواده شما اهمیت دارد. نمی‌توانیم شبکه اجتماعی خاصی را به شما توصیه کنیم

اما می‌دانیم، روابط اجتماعی قوی با افرادی که خانواده شما را می‌شناسند و به زندگی شما اهمیت می‌دهند، برای حفظ و سلامت زندگی خانوادگی شما سودمند است.

## انتظارات ارتباطی و خانوادگی

جهان بینی شما با شکل دادن به انتظارات شما در حوزه‌هایی مانند تربیت فرزندان، صمیمیت، تعامل با قوانین و نقش‌های خانوادگی، تأثیر زیادی بر ازدواج شما می‌گذارد. ارزش‌های اخلاقی بیشترین اثر خود را در طول زمان به جای می‌گذارند و بدون تردید تأثیر بسیار زیادی بر ازدواج و زندگی روزمره شما دارند. دو نفر که بر اساس یک جهان بینی مشترک انتظارات ارتباطی مشترکی دارند با سهولت بیشتری می‌توانند درباره‌ی موضوعات اساسی زندگی مشترکشان توافق کنند. انتظارات مشترک، آیین‌ها و برنامه‌های مشترکی را ایجاد می‌کنند و مسیر زوج را در گذر از مراحل مختلف زندگی تسهیل می‌نمایند. به هر حال باورها و پیش زمینه‌های زندگی شما هر چه باشند، نباید آنها را برای خودتان نگه دارید. می‌توانید با شناخت و گفتگوی صحیح درباره انتظارات مشترک و اختلاف نظرهای دیدگاهی‌تان، کار مشترکی برای دستیابی به خانواده‌ای موفق انجام بدهید.

---

حال اگر تصمیم گرفته‌اید امور مذهبی زندگی مشترکان را به همراهی یکدیگر انجام دهید و ایمان‌تان را در کنار یکدیگر تجربه کنید و بخشی از یک جامعه مذهبی باشید، چگونه می‌توانید این کار را انجام بدهید؟ بسیاری از همسران با مسأله روش همراهی با یکدیگر در امور مذهبی به گونه‌ای که نیازهای هر دوی آنها را تامین کند، مواجه‌اند. برای کمک به شما چند گام مهم برای رسیدن به این هدف پیشنهاد می‌کنیم:

اول، نیازها و علایق مذهبی متفاوت خودتان را شناسایی کنید. لازم است درباره تاریخچه‌ی زندگی خود و نقشی که احساس می‌کنید اعمال و آیین‌های مذهبی در زندگی شما ایفا کرده‌اند، صحبت کنید.

دوم، با زندگی مذهبی همسران آشنا شوید. با او به مکان‌های مذهبی که می‌شناسد، بروید و با او در امور مذهبی که در آنها شرکت دارد، همراهی کنید.

سوم، موارد مختلفی را برای کار مشترک مشخص کنید و از میان آنها چند مورد را انتخاب کنید. استفاده از شیوه حل مسأله که به شما آموزش داده می‌شود، به انتخاب یک گزینه مشترک کمک می‌کند. برای انجام این کار لازم است که هر دوی شما تا حد امکان در بیان نظرات و دیدگاه‌هایتان و حدود انعطاف‌پذیری و پذیرش‌تان صریح باشید.

چهارم، گام چهارم انتخاب معیارهایی برای ارزیابی موفقیت شماست. به این کار "پیگیری" گفته می‌شود. موارد انتخابی خودتان را تجربه کنید و سپس برای ارزیابی آنها با یکدیگر گفتگو کنید. این فرآیند را مکرراً تکرار کنید تا زمانی که به شیوه مشترک مناسبی برای همراهی با یکدیگر در امور مذهبی برسید. حتی اگر پس از تلاش مشترک به روش مناسبی برای همراهی با همسران در امور مذهبی نرسید، این کار به شما کمک می‌کند که دیدگاه‌های یکدیگر را بهتر بشناسید.

## تمرین

در این فصل سه تمرین وجود دارد. هر یک از این تمرین‌ها به یکی از سه موضوعی که از تحقیقات انجام شده در زمینه نقش مذهب بر روابط به‌دست آمده است می‌پردازد. اول، از شما می‌خواهیم که سیستم حمایت اجتماعی خودتان را مشخص کنید. دوم، از شما می‌خواهیم که ارزش‌های بنیادین خودتان، خاستگاه آنها و تاثیر آنها بر ازدواج‌تان را مشخص کنید. سوم، از شما می‌خواهیم که سیستم ارزشی خودتان و انتظارات ارتباطی برخاسته از آن را مشخص کنید. این تمرین‌ها را هر یک به جداگانه انجام بدهید.

### حامي شما کيست؟ حمايت اجتماعي

با یکدیگر درباره سیستم حمایت اجتماعی که از آن برخوردارید، گفتگو کنید. آیا از یک سیستم حمایتی قوی برخوردارید؟ (آشنایانی که پشتیبان و مشوق شما باشند و در صورت لزوم بتوانید به آنها مراجعه کنید). آیا به اجتماعی<sup>1</sup> که از ازدواج شما حفاظت و مراقبت نماید، تعلق دارید؟ آیا می‌خواهید به چنین سیستم اجتماعی تعلق داشته باشید؟

### به ارزش‌های خود افتخار کنید.

ارزش‌های اساسی زندگی‌تان را در نظر بگیرید. چه ارزش‌هایی نقش محوری در زندگی شما دارند؟ خاستگاه این ارزش‌ها کجاست؟ ابتدا در این باره فکر کنید و سپس مطالبی را در این باره یادداشت کنید. افکار‌تان را با یکدیگر در میان بگذارید.

پس از انجام تمرین سوم ممکن است افکار جدیدی به ذهن شما برسد. علاوه بر افکار خودتان، دیدگاه‌تان را درباره ارزش‌های بنیادی، تعهدپذیری، احترام متقابل، صمیمیت و گذشت با یکدیگر مطرح کنید. نظر شما درباره این ارزش‌ها چیست؟

### دستیابی به صمیمیت معنوی

دیدگاه شما هر چه باشد، آگاهی از سیستم ارزشی همسران می‌تواند برای زندگی مشترکتان اهمیت زیادی داشته باشد. این تمرین به شما کمک می‌کند که به این هدف دست بیابید.

<sup>1</sup>Community



سؤالات زیر به شیوه‌ای طراحی شده‌اند که بتوانید درباره‌ی مسایل مختلف مرتبط با ارزش‌هایتان فکر کنید. ممکن است سؤالات مهم دیگری وجود داشته باشند که ما از آنها غفلت کرده‌ایم، بنابراین اگر سؤالات دیگری به ذهن شما خطور کرد به آنها نیز پاسخ دهید. از شما می‌خواهیم پاسخ‌های خودتان را جداگانه زیر هر پرسش یادداشت نمایید. نوشتن افکارشان به آنها وضوح می‌بخشد و شما را برای گفتگو با همسران آماده می‌کند.

بهرتر است هنگام پاسخ به هر سؤال، آنچه را که در کودکی آموخته‌اید و آنچه را که امروز در بزرگسالی به آن، اعتقاد دارید، هر دو را یادداشت نمایید.

### سؤالات

۱. باورها و ارزش‌های اساسی شما چیست؟ به چه چیزی اعتقاد دارید؟
۲. چگونه به باورهایتان معتقد شده‌اید؟
۳. معنی و هدف زندگی در سیستم ارزشی شما چیست؟
۴. در خانواده شما ارزش‌ها چه نقشی داشتند و چگونه به آنها عمل می‌شد؟
۵. آیا بین مذهب و معنویت تفاوتی قایلید، دیدگاه شما در این زمینه چیست؟
۶. در سیستم ارزشی شما ازدواج چه معنایی دارد؟
۷. نقش ارزش در ازدواج شما چیست؟ چگونه به آنها در زندگی مشترکتان عمل می‌کنید؟ (امور مذهبی - تجربه‌های معنوی و مانند آنها).
۸. فکر می‌کنید ارزش‌هایتان باید چه نقشی در زندگی روزمره و ارتباط شما با همسران ایفا کنند؟
۹. اعتقاد شما درباره طلاق چیست؟
۱۰. آیا در سیستم ارزشی شما اعتقادات خاصی درباره رابطه جنسی وجود دارد؟ تاثیر آنها بر رابطه‌ی زناشویی شما چیست؟
۱۱. اگر فرزند دارید - و یا می‌خواهید داشته باشید - فرزند (ان) تان را چگونه با سیستم ارزشی خودتان پرورش می‌دهید؟
۱۲. آیا به موسسات مذهبی که با آنها در ارتباط هستید کمک مالی می‌کنید؟ چه قدر؟ آیا در این باره با همسران توافق دارید؟
۱۳. آیا در رابطه با اعتقادات مذهبی با یکدیگر مشکل دارید؟ مشکلات شما چیست؟

۱۴. به‌طور کلی نظر شما درباره "گذشت" چیست؟ گذشت در رابطه شما و همسرتان چه تاثیری دارد؟
۱۵. در سیستم ارزشی شما، مسؤولیت شما در برابر انسان‌های دیگر چگونه تعریف می‌شود؟
۱۶. در سیستم ارزشی شما، مینای احترام به سایرین چیست؟
۱۷. اعتقاد شما درباره مرگ چیست؟ آیا زندگی پس از مرگ را باور دارید؟  
آیا سوالات دیگری به ذهن شما می‌رسد؟ آنها را یادداشت نمایید.

## اعتقادات دینی

معنویت و ایمان 'بعاد قدرتمندی در تجارب انسانی هستند. اعتقادات دینی زیر بنایی برای ارزش‌ها و رفتارهای فردی و زوجی فراهم می‌سازد. با این همه ممکن است دین در زندگی افراد به گونه‌ای متفاوت معنا شود. در مفهوم وسیع کلمه دین به ارتباط هر فرد با خدا، دیگران و با خودش اشاره دارد. دین آنگونه که در این جا آنرا به کار می‌بریم، بخشی از وجود هر فرد است. دین بخشی از ما است که اعمال و انتخاب‌های ما را تعیین می‌کند. پس، 'صحبت از اعتقاداتتان، صحبت از زندگی درونی شما است.'<sup>۱</sup>

نزد افراد متدین، 'این تفکر رایج است که ارتباط ما با "خداوند"، مذهب ما را می‌سازد و شکل می‌دهد. با این حال، اغلب آن چه که افراد ادعا می‌کنند باور دارند، در تضاد با رفتارهایشان است. برای مثال ممکن است فردی ادعا کند که به خدا اعتقاد دارد و با این حال بیشتر به امنیت مالی خود متعهد باشد. و فردی دیگر با این‌که ادعا می‌کند انسانی متدین است به کارمندان دستمزدی را که استحقاقش را دارند، پرداخت نمی‌کند.

هدف از این فصل کمک به شماست تا عمیق‌ترین ارزش‌های خود را که ممکن است با آنچه مدعی اعتقاد به آن هستید، متفاوت بشنود) ارزیابی کنید.

با توجه به سودمندی‌های بالقوه اعتقادات مذهبی در یک رابطه، منطقی است که زوجین اعتقادات خود را به یکدیگر بیان کنند و هماهنگی خود را در مسایل مذهبی ارزیابی نمایند. دو تن که با یکدیگر ازدواج می‌کنند ممکن است از جهات گوناگونی متفاوت باشند و با این حال برای ازدواج مناسب باشند، مگر آن که تعارض‌های جدی در ارزش‌های بنیادین خودشان داشته باشند. پس دانستن این تفاوت‌ها و آموختن شیوه برخورد با آنها بسیار مهم است. تا زمانی که شما نحوه برخورد موثر با این تفاوت‌های اساسی را نیاموزید، خودتان را مکرراً مواجه با تعارض‌های جدی خواهید دید.

### معنویت در ازدواج چیست؟

شما و همسرتان تشکیل خانواده داده‌اید تا زندگی خود را با یکدیگر سپری کنید. امید است شما به بررسی دقیق معنویت شخصی خود اهمیت بدهید. با این امید که بتوانید در مورد شکل دادن معنویت ازدواج خود به گونه‌ای که برای هر دوی شما مناسب باشد، توافق کنید. این فرآیند ممکن است بسیار سخت باشد. اما هر چه بیشتر به سمت شکل دادن معنویت مشترک در ازدواج حرکت کنید، آسان‌تر می‌توانید در بنا

<sup>۱</sup> نوشته عالم الهی (Frederick buechner)

کردن خانواده و ازدواجی رضایت بخش همکاری کنید و به کودکان خود ثمرات رشد یافتن در خانواده‌ای مبتنی بر ارزش‌های پایدار و مناسب را هدیه کنید.

شما چگونه معنویت ازدواج خود را طراحی می‌کنید؟ در زمان کودکی به ما درباره دین و آموزش‌های دینی آموزش داده‌اند. با این حال هیچ تضمینی وجود ندارد که آنچه آموخته‌ایم، ارزش ما بشود. علاوه بر آنچه درباره دین آموخته‌ایم، آموزش‌های دیگری از رادیو و تلویزیون، جامعه همسالان، قهرمانانمان و غیره آموخته‌ایم. حالا لازم است یکبار دیگر در بزرگسالی، مجدداً درباره دین و آموزش‌های دینی بیاموزیم تا قادر شویم سخن دین را با ارزش‌هایی که در جامعه کسب کرده‌ایم مقایسه کنیم.

## عناصرهای اختصاصی معنویت در ازدواج

۱ - اولین و زیر بنایی‌ترین عنصر معنویت در ازدواج، شکل دادن ارزش خدمت کردن، احترام گذاشتن و محبت کردن در ارتباط زناشویی است. در آموزش‌های دینی فرد ازدواج نمی‌کند که یک "آشپز مجانی" داشته باشد و یا کسی را برای انجام کارهای خارج از خانه داشته باشد. فرد ازدواج می‌کند تا عشق، محبت و سایر استعدادهایی را که خداوند به او بخشیده است با فرد دیگری تقسیم کند.

در آموزش‌های دینی، سروری یا فرمانروایی بر همسر هیچ جایگاهی ندارد و ازدواج فرصتی برای همسران است تا به یکدیگر برای بنا کردن خانواده که واحدی بی‌نظیر در قلمرو خداوند بر روی زمین است، یاری رسانند.

۲ - دومین عنصر معنویت در ازدواج شکل دادن ارزش ارتباط با اعضای خانواده بر اساس تعالیم دینی است. با مطالعه مجدد منابع دینی ممکن است متوجه بشوید که زندگی بر اساس دین بسیار بیش از رفتن به مکان‌های عبادی و برخورد خوش داشتن با دیگران است. اگر چه ممکن است این مطلب عجیب به نظر برسد، اما اغلب ما در بزرگسالی متوجه می‌شویم که رفتار کردن بر اساس تعالیم دینی با اعضای خانواده‌مان بسیار سخت‌تر از رفتار کردن با سایر مردم است. حتی در زندگی برخی از بزرگان دینی خدمت کردن به غریبه‌ها بسیار راحت‌تر از ارتباط با اعضای خانواده بوده است.

زندگی به‌عنوان یک فرد متدین هرگز ما را از صدمات و ناکامی‌ها مصون نمی‌سازد، ما مکرراً با یکدیگر برخورد و درگیری پیدا می‌کنیم. با این‌حال به یاری خداوند می‌توانیم بیاموزیم که دلسوز یکدیگر باشیم، می‌توانیم "گذشت" را بیاموزیم، می‌توانیم بیاموزیم که پیرو دین باشیم. این کار آسانی نیست و تنها به صرف اینکه تصمیم گرفته‌ایم به دین خود پایبند باشیم، انجام نخواهد شد. بلکه نیازمند دعا‌های روزانه و استمداد از خداوند و تمرین مکرر مهارت‌ها و هنرهای دینی، "محبت"، "گذشت" و "صبر" است.

بهترین مشخصه پیشرفت در زندگی یک فرد متدین توجه به چگونگی رفتارش در خانواده است. اگر نتوانیم با آسیب‌ها به نحو سازنده‌ای برخورد کنیم، اگر نتوانیم درباره مشکلات بدون آن‌که آنها را وخیم‌تر سازی، صحبت کنیم؛ اگر دایماً مضر باشیم که "حق با من است" اگر بحث‌های ما همیشه به "جدال" می‌انجامد؛ اگر نتوانیم در برابر تمایل به از میدان خارج کردن یکدیگر مقاومت کنیم؛ آنگاه باید بدانیم لازم است چیزهای زیادی را درباره زندگی یک فرد متدین بیاموزیم و تنها زمانی که بتوانیم صادقانه اقرار کنیم که در زندگی خود به صورت خودجوش از دین پیروی نمی‌کنیم، قادر خواهیم بود نیاز خود را به آن چه برای

رشد و تغییر لازم است، احساس کنیم. این طریقی است که دین ما به آن فرا می‌خواند "محبت به یکدیگر".

۳- سومین عنصر در معنویت ازدواج، نگاه به فراسوی ارتباط با همسر و خانواده و کشف فرصت‌ها و مسؤولیت‌هایی است که نسبت به جامعه دینی و همسایگان، همشهری‌ها و دنیای فراسوی ملیت و کشورمان داریم.

### تعلق به جامعه دینی

درخواست تعلق به یک جامعه دینی برای برآوردن نیازهایمان قابل درک است. اما اگر فکر می‌کنیم صرف رفتن به مکان‌های عبادی به قصد عبادت، برای ایفای مسؤولیت ما به‌عنوان یک فرد متدین کفایت می‌کند، اصول زیر بنایی دین را متوجه نشده‌ایم. اگر چه حضور در مکان‌های عبادی مهم است اما در جامعه دینی بزرگتری که داریم می‌توانیم از نیازهای سایر افراد آن بیشتر آگاه شویم و در جستجوی راه‌هایی برای ایفای نقش خود در جهت دستیابی به اهداف این جامعه برآییم. خانواده ما می‌تواند و باید کاری برای کمک به فقرا، افراد بی‌سرپرست و سایر نیازمندان انجام دهد. اغلب اوقات خانواده‌ها با پیوستن به دیگران در مجامع دینی، می‌توانند کار بیشتری برای افراد نیازمند انجام دهند.

### تعلق به همسایگان

این واقعیتی غم‌انگیز است که روز به روز بیشتر از حال همسایگان خود غافل می‌شویم. بسیاری از ما به‌خصوص در شهرهای بزرگ، همسایگانمان را نمی‌شناسیم. از این تأسف بارت‌ر آن که حتی نمی‌خواهیم آنها را بشناسیم. اما میان دور افتادگی ما از یکدیگر و افزایش بی‌اعتمادی و خشونت که ویژگی بسیاری از همسایگی‌های ماست، ارتباط وجود دارد. صرف وقت برای آشنایی با همسایگان و افراد محله، شاید در زندگی پر مشغله ما از نقطه نظر منافع شخصی پر هزینه و پر خطر به نظر آید. با این حال اگر افراد متدینی به‌خاطر ایمانشان حاضرند جان خود را فدا کنند، شاید ما نیز بتوانیم راهی بیابیم که ساعات کمتری به تماشای تلویزیون مشغول شویم و خطر آشنایی با چند همسایه را بپذیریم.

## تعلق به جهان پیرامون

ممکن است این مسأله که به سایر مردم و سیستم‌های اجتماعی - سیاسی سرتاسر جهان مرتبطیم ما را خشنود و یا ناخشنود سازد. از نظر دینی همه ما متعلق به یک خانواده بزرگ هستیم. این امر از تعالیم همیشگی دین ماست. اما این نیز صحت دارد که راه و رسم زندگی بر اساس دین بر روی زمین فراگیر نشده است. بنابراین هر فرد متدینی مسؤول گسترش پیام دین در زمان و مکان خودش است.

۴ - چهارمین عنصر معنویت ازدواج، دعا است. دعای روزانه مهم‌ترین طریق اطمینان از راه‌یابی به موهبت خداوندی و راهنمایی در تلاش برای ازدواجی معنوی است. این مسأله از چنان اهمیتی برخوردار است که یک فصل کامل را به آن اختصاص می‌دهیم.

## پیام‌های متن:

- دین من در نحوه رفتار من با دیگران تبلور می‌یابد.
- دین، ما را اعضای یک خانواده می‌داند.
- هدایت دینی مبتنی بر کمک و محبت به دیگران است.
- من، همسر را به‌عنوان باور زندگی‌ام می‌پذیرم و با او بر این مبنا رفتار می‌کنم.
- من با تمامی اعضای خانواده‌ام با ارزش برابری رفتار می‌کنم.
- من با سایر مردم همچون خواهران و برادرانم رفتار می‌کنم.
- "مسئولیت خانوادگی" من شامل سایر انسانها نیز هست.
- تنها با یاری خداوند و دعا به درگاه اوست که می‌توانم اینگونه زندگی کنم.



به سوالات زیر پاسخ دهید:

۱. ارتباط خودم را با خداوند چگونه ارزیابی می‌کنم؟
۲. معنویت در خانواده من چه جایگاهی دارد؟
۳. اگر بخواهم به حضور معنویت در خانواده‌ام نمره دهم، چه نمره‌ای خواهم داد؟
۴. نظر و احساس من درباره ایجاد و یا افزایش معنویت در خانواده‌ام چیست؟ انجام این کار را سخت می‌دانم یا آسان؟
۵. حضور فعال من در مکان‌ها و مراسم عبادی چه تأثیری بر حضور معنویت در خانواده‌ام دارد؟
۶. دین ما می‌آموزد که شرکت در مکان‌های عبادی و مراسم مذهبی وقتی که دیگران از من آزاده‌اند، بی‌فایده است. دین چه مطلبی درباره رفتارم در خانواده می‌آموزد؟ درباره رفتارم با همکاران و آشنایانم چطور؟
۷. گذشت، محبت و صبر در حفظ تعادل زندگی خانوادگی من چه نقشی دارند؟
۸. برخی مردم گذشت کردن را با فراموش کردن یکی می‌دانند. آیا تعالیم دینی واقعا این چنین‌اند؟ آیا راه صحیحی برای عملی ساختن ایده گذشت می‌شناسید؟
۹. صبر کردن را برخی مردم به معنای عدم تلاش برای حل مشکلات، معنی می‌کنند. آیا تعالیم دینی واقعا این چنین‌اند؟ آیا راه صحیحی برای عملی ساختن ایده صبر می‌شناسید؟
۱۰. با همسرم چگونه صحبت می‌کنم؟ آیا کلمات من همیشه محترمانه و توأم با محبت ادا می‌شوند؟ چه نمره‌ای به خودم می‌دهم؟
۱۱. آیا همسایگانم را می‌شناسم؟ آیا تا کنون با همسایگانم در انجام کاری مشارکت داشته‌ام؟
۱۲. چه ارتباطی میان "زندگی به‌عنوان یک فرد متدین" و حضوری فعال در محله و شهر خود می‌بینم؟ نظر همسرم در این رابطه چیست؟
۱۳. آیا خانواده من در انجام امور خیر شرکت دارند؟ نظر من و همسرم در این رابطه چیست؟

به ارقام زیر توجه کنید:

آمار طلاق رو به افزایش است.

مطالعات آماری در ایالات متحده نشان می‌دهد آمار طلاق در افرادی که به‌طور منظم در مراسم دعا شرکت می‌کنند، ده بار کمتر از سایرین است.

در میان آنها آمار طلاق افرادی که همراه با همسرشان در منزل دعا می‌کنند ده بار دیگر کاهش می‌یابد.

آیا دعا کردن نقشی در بروز طلاق ایفا می‌کند؟ شما بگویید.

فصل دوم:

دعا

"دعا" مفهومی است که معمولاً بديهی شمرده می‌شود و فرض می‌شود همه راجع به آن می‌دانند و همه از فواید آن آگاهند. واقعیت این است که بسیاری از مردم در مورد دعا آموزش منظمی ندیده‌اند. آیا برای شما صحبت کردن از احساساتتان در مورد دعا آسان است؟ آیا اطلاعات صحیحی درباره دعا دارید؟ چگونه دعا می‌کنید؟ هرگز در مورد شیوه دعا کردن خود با فرد دیگری صحبت کرده‌اید؟ آیا دعا را امری شخصی و خصوصی می‌پندارید؟ پرسش در مورد دعا می‌تواند سخت باشد زیرا ممکن است پیش از این هرگز خطر نکرده باشید که تجربه خودتان را در مورد دعا با فرد دیگری در میان بگذارید.

### دعا کردن امری "واقعی" است.

تجربه "عشق" با روش‌های علمی ناممکن است. با این حال هیچ فرد عاقلی واقعیت وجود "عشق" را انکار نمی‌کند، به همین ترتیب دعا را نیز به سختی می‌توان در روش‌های علمی جای داد. با این حال همانطور که عشق "واقعی" است، دعا نیز امری "واقعی" است.

ساده‌ترین پاسخ به سؤال درباره دعا این است که به هر ترتیب زمانی است که با خداوند سپری می‌کنیم. همچون زمان‌هایی که با همسر/دوست/اعضای خانواده، می‌گذرانیم. ما با استفاده از شیوه‌های مختلف گفتگو با سایر مردم رابطه برقرار می‌کنیم و از آن رابطه محافظت می‌کنیم. در این راه از کلمات، حالات بدنی، هدایا و جز آن استفاده می‌کنیم. مردم با ایمان هم رابطه با خداوند را شکل می‌دهند و تداوم می‌بخشند، دعا کلماتی است که انسان در تلاش برای برقراری رابطه و بودن با خداوند به کار می‌برد.

### شیوه‌های متفاوت دعا کردن

می‌دانیم که "گفتگو" با شیوه‌های متفاوتی انجام می‌شود. برای مثال، با کلمات، حالت‌های بدنی، یا اعمالی که احساس‌های متفاوتی (همچون، عشق، ترس، تنهایی، امید، شوق و غیره) را بیان می‌کنند. هر نوع گفتگو - حتی گفتگوی منفی و خشونت بار - رابطه ما را با دیگران متأثر می‌سازد. بدین ترتیب با خداوند نیز می‌توانیم با شیوه‌های متفاوتی ارتباط برقرار کنیم. می‌توانیم همه این اشکال گوناگون ارتباط با خداوند را "دعا" بنامیم.

یک مشکل عمده در شیوه دعا کردن ما از آنجا ناشی می‌شود که دعا کردن را مانند بازی کردن، در دوره کودکی فرا می‌گیریم و اگر چه دیگر به شیوه دوران کودکی بازی نمی‌کنیم اما همچنان فکر می‌کنیم باید مانند دوران کودکی دعا کنیم. در کودکی می‌آموزیم که دعا کنیم، خداوند را به خاطر نعمت‌هایش شکر کنیم و متون و عبارات دعا و یا شکل ساده شده آنها را به زبان بیاوریم. اما هنوز ایده واقعی از مسؤلیت و

نقش خود در رابطه با دعا کسب نکردیم. هنوز تصور ما از چگونه محقق ساختن دعا در زندگی واقعی به خوبی شکل نگرفته است. وقتی از "زندگی دعایی" ما سؤال می‌شود، ممکن است حالت دفاعی به خود بگیریم. عقل بزرگسالی ما درک می‌کند که شیوهی دعا کردن ما در کودکی مناسب آنچه در بزرگسالی ما می‌گذرد نیست و تحقق دعا در بزرگسالی نیازمند مسؤلیت‌پذیری، خطر کردن و سپردن خود به درگاه خداوند است. در کودکی با مثنی‌های اسباب بازی و عروسک‌های خود نیز بازی می‌کردیم اما در بزرگسالی اتومبیل‌های واقعی با تمامی خطرات واقعی رانندگی و تربیت فرزندان با تمامی مشکلات و مسؤلیت‌های آن پیش روی ما است. گذر از دوره کودکی به بزرگسالی نیازمند کسب توانایی پرداختن به انسانهای واقعی و کارهای واقعی است. پس تنها با آموختن شیوه ارتباط با خداوند به‌عنوان یک بزرگسال است که می‌توانیم همچنان "دعا" می‌کنیم. دعا کردن به سبک یک بزرگسال، سپردن خود با تمامی وجود به خداوند و پذیرفتن خطرات و مسؤلیت‌هایی است که در این راه وجود دارد.

#### مثال دیگر در این مورد عشق دوران کودکی و بزرگسالی است:

می‌دانیم که کودکان دوست داشتند و می‌توانند نسبت به دیگران رفتارهای بسیار دوستانه داشته باشند. با این حال "عشق کودکی" تنها مرحله‌ای جهت آمادگی برای "عشق بزرگسالی" است که خطر در اختیار گذاشتن خود به فرد دیگر را دربردارد فرد دیگری که می‌تواند من را بپذیرد و یا طرد کند. کودکان توانایی عشق بزرگسالی را ندارند عشق بزرگسالی نیازمند درک مناسبی از به اشتراک گذاشتن خود فرد است. اگر من ظرفیت "عشق بزرگسالی" را بدست آورده باشم از تجربیات شخصی خود می‌دانم که بهترین پاسخ به سوال "من چقدر عاشق فردی دیگر هستم؟" این است: "به همان اندازه که امیدها، رویاها، ترس‌ها و اضطراب‌های خود را با او شریک می‌شوم؟"

اگر من خطر شریک شدن دنیای درونی خودم را با فرد دیگری، که می‌تواند مرا آسیب پذیر کند، بپذیریم، سهم خود را برای برقراری یک رابطه صمیمی ادا کرده‌ام. توجه کنید، صمیمیت حقیقی زمانی کامل می‌شود که ما تعهد برابری را در تقسیم دنیای درونی خود با یکدیگر بپذیریم و از دنیای یکدیگر درس بگیریم. اگر فقط یک نفر مبادرت به این کار بکند، یک صمیمیت واقعی بدست نمی‌آید و به همین دلیل است که صمیمیت یک چالش دایمی است.

انسان تنها می‌تواند "منتخاب" کند که خودش را به اشتراک بگذارد. هیچکس نمی‌تواند به زور یا اعمال فشار، دیگری را ملزم به اشتراک گذاشتن "خود" سازد. ممکن است پس از سالها زندگی مشترک در حالی که فکر می‌کنیم یکدیگر را می‌شناسیم متوجه شویم که یک یا هر دوی ما نمی‌دانسته‌ایم چگونه دنیای

درونی خود را به اشتراک بگذاریم. پس آنچه ما فکر می‌کردیم یک رابطه "صمیمی" است در واقع یک "توهم" بوده است.

اگر بر مطالبی که گفته شد، تعمق کنید، امید است به این نکته پی ببرید که "دعای بزرگسالی" همه آن چیزی است که من در تلاش برای "در میان گذاردن خود با خداوند" انجام می‌دهم و همه آن چیزی است که من در تلاش برای "شنیدن" آنچه خداوند با من در میان می‌گذارد، انجام می‌دهم. اجازه دهید چند مثال بزنیم:

دعا ممکن است در مکان‌های عبادی انجام شود. به زبان آوردن کلمات دعا، می‌تواند برای نشان دادن درجه سپس من از خداوند برای ارزانی نعمت زندگی و عشق به ما (خداوند) به خاطر آنچه به من ارزانی داشته‌ای، سپاسگزارم و ... و یا برای طلب عفو و بخشش و طلب سلامتی (من را به خاطر تخطی از فرامینت، بیخشی و ... مناسب باشد.

دعا ممکن است در اتومبیل انجام شود، وقتی که پس از انجام کار طاقت فرسای روزانه از محل کار به خانه برمی‌گردیم و در ترافیک سنگین متوقف شده‌ایم، در اوج استیصال و تنفر از ترافیک روزانه، در حالی که کم مانده است گریه کنیم، از خدا می‌خواهیم، "خدایا مرا یاری کن در چنین روزی آشفته نگردم". دعا ممکن است، اضطراب، خشم و یا ناکامی باشد مثلا هنگامی که شب هنگام، تنها، در انتظار همسر هستم و نمی‌دانم چرا با من تماس نگرفته است و مرا در بی خبری رها کرده است، "آه، خدایا من از این انتظار بیزارم".

دعا ممکن است احساسی از رضایت و شادمانی بی‌اندازه باشد. وقتی که همسرم خبر یک ارتقای شغلی را به من می‌دهد، "خدایا، متشکرم".

دعا ممکن است لحظه عصبانیت ما باشد، هنگامی که خبر فوت یک دوست صمیمی را در حادثه رانندگی می‌شنویم، در این حال فریاد کردن آن با خداوند به خاطر رخداد چنین حادثه مصیبت باری می‌تواند بسیار مناسب باشد، "خداوند، چرا او؟"

به همین ترتیب پیروان ادیان الهی از متون دعا برای بیان تمامی وسعت احساسات خود استمداد می‌جویند:

خدایا من از تو می‌خواهم به حق آن رحمت که همه چیز را فرا گرفته و به آن نیرویت که همه چیز را به وسیله آن مقهور خویش کردی و همه در برابر آن خاضع و همه چیز در پیش آن خوار است و به جبروت تو که به وسیله آن چیره گشتی بر هر چیز و به عزت که چیزی در برابرش نایستد و به آن عظمت و بزرگیت که پر کرده هر چیز را و به آن سلطنت و پادشاهیت که بر هر چیز برتری گرفته و به ذات پاکت که

پس از نابودی هر چیز باقی است و به نامهای مقدست که اساس هر موجودی را پیر کرده و به آن علم و دانشت که احاطه یافته به هر چیز و به نور ذاتت که روشن شد در پرتوش هر چیز، ای نور حقیقی و ای منزله از هر عیب، ای آغاز موجودات اولین و ای پایان آخرین، خدایا بیامرز برایم آن گناهی را که پردهها را بندد.

### دعای کمیل

منتخب جامع مفاتیح الجنان (۲۳۱ - ۲۳۰)<sup>۱</sup>

خدای من، چرا مرا از خودت میرانی،

چرا چهرهات را به من نمی‌نمایانی،

من از رنج و عذاب آکنده‌ام،

از آنگاه که تو باریت را از من دریغ کردی،

سیاهی تنها همدم من گشته است.

<sup>۲</sup>(Psalm 88:15/19)

نکته اصلی این است که هر "دعای بزرگسالی" طریقه بودن من است با خداوند، بیان آنچه در قلب

من می‌گذرد ...

### "گوش دادن" به خداوند را بیاموزیم.

علاوه بر آموختن شیوه "در میان گذاشتن" خود با خداوند، بخش دیگر دعا این است که گوش دادن به خداوند را بیاموزیم. این کار آسانی نیست، زیرا اغلب ما هرگز صدایی که بتوانیم با ابزارهای علمی بسنجیم، نخواهیم شنید. به علاوه باید بسیار مراقب باشیم که "صدای خداوند" را با افکار خودمان اشتباه نگیریم. وقتی کسی می‌گوید: خداوند به من گفت این یا آن کار را انجام دهم، با احتمال زیاد این فرد بهترین تصمیم خود را گرفته است و امیدوار است که خواست خداوند نیز همین باشد.

اغلب بزرگسالان متوجه می‌شوند که خداوند به‌ندرت چیزی به ما می‌گوید و بیشتر اوقات چنین است که خداوند مشتاقانه به ما گوش می‌دهد و سپس کلمه‌ای از سکوت بیان می‌کند که می‌پرسد: "فکر می‌کنی، بهترین تصمیمی که می‌توانی بگیری چیست؟" یا "بزرگان دینی در چنین شرایطی چه می‌کردند؟"

<sup>۱</sup> منتخب جامع مفاتیح الجنان / تألیف: عبّاس قمی / ترجمه: هاشم رسول‌علائی / به تنظیم: علی محمد اسدی

<sup>۲</sup> کتاب دعای مسیحیان و یهودیان

هرچه بیشتر در "دعا کردن" بالغ می‌شویم، گرایش می‌یابیم که کمتر "حرف" بزنیم و بیشتر گوش کنیم. همسرانی که سالها عاشق هم بوده‌اند، کمتر حرف می‌زنند و بودن با یکدیگر در سکوت را ارج می‌نهند. بالغانه‌ترین دعا به سادگی طریقه "خاموش بودن" در برابر خداوند است.

### در میان گذاشتن دعاهایمان با یکدیگر

در میان گذاشتن دعاهایمان با یکدیگر، ممکن است ایده‌ای هولناک به نظر آید، زیرا عقیده‌ای در میان مردم رایج است که دعا بسیار "خصوصی و شخصی" است. ایده در میان گذاشتن دعا به نظر کاری غیرموجه می‌رسد. با این حال این نیز نشانه‌ای دیگر از این واقعیت است که ما دعا کردن به شیوه بزرگسالی را نیاموخته‌ایم، لازم است به‌عنوان یک فرد بزرگسال در شیوه دعا کردن خود بازنگری کنیم.

یک طریقه "بازنگری" افکارمان درباره دعا، این است که به افکار خود در مورد رابطه جنسی توجه کنیم. به ما آموخته‌اند که "مسائل جنسی" بسیار "شخصی و خصوصی" است. به ما آموخته‌اند که نباید بدنمان را به دیگران نشان دهیم و به ما تعلیم داده‌اند که مطمئن شویم دیگران به خصوصی بودن بدن ما احترام می‌گذارند. این قوانین سخت از اهمیت زیادی برخوردارند زیرا امکان و فضای مناسبی برای رشد ما بوجود می‌آورند تا معنای جنسیت را به خوبی درک کنیم. درک کنیم که رابطه جنسی معنای حقیقی خود را در بخشیدن خودمان به حد کمال، تا آنجا که امکان دارد، به همسرمان می‌یابد.

بنابراین تنها به عنوان یک فرد بالغ است که می‌توانیم درک کنیم در ازدواج رابطه جنسی نه تنها "مجاز" است، بلکه دین آن را تشویق می‌کند.

ایده "شخصی و خصوصی" بودن دعا مطلب مهمی را به ما می‌آموزد، به ما تعلیم می‌دهد که - حتی به‌عنوان یک فرد معمولی - می‌توانیم رابطه بسیار واقعی خودمان را با خداوند، شکل دهیم - خداوند خواست که دوست "شخصی و خصوصی" هر یک از ما باشد. لزومی ندارد که دیگران خداوند را برای ما واقعی سازند. اما متأسفانه احتمالاً معنای این تعالیم را به‌خوبی نفهمیده‌ایم. شخصی و خصوصی بودن دعا به این معنی نیست که خداوند دوست انحصاری و اختصاصی من است و به این معنی نیست که ما نباید دوستی خود را با خداوند با سایر مردم قسمت کنیم. با این حال ممکن است چنین طرز فکری داشته باشیم. برخی از مردم در حالی که به‌راحتی حساب بانکی و صمیمیت جنسی را با یکدیگر به اشتراک می‌گذارند، فکر می‌کنند در میان گذاشتن ارتباطشان با خداوند به همسرشان کار درستی نیست. حتی اگر در افکارشان بازنگری کنند و متوجه شوند که ورود خداوند به‌عنوان شخص سوم به رابطه عاشقانه آنها بخش طبیعی از ازدواج دینی است، اغلب ایده‌ای درباره عملی کردن آن ندارند.



پس ایده‌های زیر را ملاحظه کنید:

با موارد آسان شروع کنید.

با یکدیگر نماز بخوانید. این راه آسانی برای عبادت به همراه یکدیگر است. شما در اینکار همزمان با یکدیگر به تنهایی عبادت می‌کنید اما آگاه هستید در این راه با یکدیگر همراهید. هرچه بیشتر در این باره اندیشه کنید، بهتر می‌توانید این شکل ساده از "عبادت با یکدیگر" را به‌عنوان آیینی که تاثیر واقعی بر رابطه شما می‌گذارد تجربه کنید. قدم بعدی صحبت کردن با یکدیگر - بعد از نیش - درباره درک هریک از شما از نماز خواندن به همراه یکدیگر است. این گفتگو می‌تواند آغازی برای آموختن مشارکت در ایمان شما باشد.

شیوه آسان دیگر دعا با یکدیگر، دعای مشترک خانوادگی هنگام اعیاد و مناسبت‌های مذهبی است. عید سال نو، شبهای ماه رمضان و هنگام افطار، فرصتی مناسب برای دعا به همراه همسر و سایر اعضای خانواده است. این شیوه دعا به همراه یکدیگر را می‌توانید به تمامی روزهای سال برای مثال هنگام صرف شام گسترش دهید. هنگامی که با دعای مشترک به‌عنوان یک زوج احساس راحتی داشتید، همراه کردن کودکان در این شیوه از دعا، آسان خواهد بود. دعای دسته جمعی در خانواده به کودکان می‌آموزد که دعا راهی برای دستیابی به پیوستگی با دیگران است.

### چه بگوییم

از دوران کودکی به ما آموخته‌اند که هنگام دعا چه بگوییم. این تنها راهی بود که می‌توانستیم دعا کردن را به‌عنوان کودکان خردسال بیاموزیم. با افزایش سن قادر می‌شویم از متون دعا استفاده کنیم. متون دعا را به‌خصوص در مراسم و مناسبت‌های مذهبی استفاده می‌کنیم. زیرا این متون، بهترین شیوه دعا برای گروه کثیری از مردم است تا بتوانند به کمک آنها ایمان خود را بیان کنند و همراه یکدیگر همچون خواهران و برادران دینی دعا کنند. و بدین ترتیب استفاده از متون دعا به‌خصوص در عبادت‌های دسته جمعی رسمی است که همیشه مرسوم می‌ماند. با این حال دعا به‌عنوان یک بزرگسال، توسط خود ما و یا همراه با اعضای خانواده، گاه به معنای خروج از متن‌های دعا و آموختن صحبت با خداوند با "کلمات خودمان" است. صحبت با خداوند، آن گونه که با دوستی در یک نامه صحبت می‌کنیم - آنچه را در ذهن داریم، بیان می‌کنم - یک قدم مهم در رشد ارتباط با لغانه با خداوند است.

در میان نهادن مکنونات قلبی‌ام با خداوند نیازمند آموزش یا تعالیم خاصی نیست. خیلی ساده اعتماد به این است که خداوند بخشاینده است و به آنچه می‌اندیشم علاقه‌مند است و مشتاق است کلمات مرا به هر شکلی که بیان شوند، بشنود. برای این که خداوند دعايمان را بشنود، نیازی نیست آنها را فریاد بزنیم. اما دعا

کردن با صدای بلند می‌تواند طبقه منسی برقی کس ضمیر ما از توانایی دعا کردنمان باشد.

### رفتن به سوی خداوند، آنگاه که قادر نیستید به سوی همسرتان بروید:

تنها زوجهای بسیار بی‌تجربه بی‌وزنند که همیشه قدرند کارها را به همراهی همسرشان سر و سامان دهند. هر زوج متاهل، لحظاتی را تجربه خواهد کرد که در آن یک یا هر دوی آنها در میان گذاشتن آن لحظات را به دیگری غیرممکن می‌بیند این امر حتی در بهترین ازدواج‌ها نیز رخ می‌دهد و آنگاه قابل پیش‌بینی است که یک یا هر دوی آنها به فرد یا چیز دیگری روی می‌آورند. آن ممکن است یک دوست یا یک عضو خانواده باشد، و یا ممکن است یک فرد ناشناس و بی‌درمانگر و یا الکل، مواد یا ارتباط غیرمشروع باشد.

صحبت کردن با یک دوست که خیرخواه شد و همسرتان است و یا جستجوی کمک از یک فرد روحانی یا درمانگر حرفه‌ای ممکن است بسیار سودمند باشد. ما سعی کنید به یاد داشته باشید که در لحظات نیاز رو به سوی خداوند آورید و دعا کنید که همسرتان نیز چنین کند. بسیاری از همسران گواهی می‌دهند که خداوند دعای آنها را شنیده است و مشتاقانه شنیدن آن بوده است و آنها را در لحظات سخت زندگی یاری کرده است.

(علمای دین از تفکر "این یا آن" پرهیز می‌کنند. انتخاب درمان روانشناسی و یا دعا کردن به درگاه خداوند نیست، بلکه دعا به درگاه خداوند ممکن است به جستجوی یک درمانگر منجر شود.)

### دعا کردن به همراه همسر

دعا کردن همراه همسر، برای بسیاری دشوار است. برخی از مردم قبلاً هرگز این کار را تجربه نکرده‌اند و هیچ زوجی را که اینگونه عمل کنند نمی‌شناسند. این امر حداقل به اندازه اولین تجربه بالا رفتن از یک کوه دلهره آور است. ترس از ناشناخته، طبیعی است. با این حال اگر این ترس را با یکدیگر در میان بگذارید، قدم اول را در مواجهه با آن برداشته‌اید. در میان گذاشتن ترس و آگاهی به آن راه مناسبی برای شروع آموختن انجام کارهای جدید با یکدیگر است.

مشکل عمیق‌تری که به عنوان یک زوج با آن برخورد خواهید کرد، حتی اگر با ایده دعا کردن با یکدیگر راحت هستید، حس آسیب‌پذیری که در همراهی با همسرتان خواهید داشت، است. دعا کردن با یکدیگر ممکن است در لحظات خوب زندگی آسان به نظر آید، اما احتمالاً در "لحظات بد" زندگی بیشترین اهمیت را دارد. آموختن درخواست بخشایش برای یکدیگر و آموختن بیان عمیق‌ترین ترس‌ها و نیازهایتان در

تلاش برای دعا با یکدیگر، سخت خواهد بود. با این حال به نظر می‌رسد که این معتبرترین "بیمه نامه ازدواج" است که می‌توانستید داشته باشید. درخواست از خداوند برای کمک به شما در تلاش مشترکتان دعایی است که خداوند مسلماً آنرا خواهد شنید.

پیرمردی<sup>۱</sup> خاطره ارزشمندی را درباره دعا در ازدواج نقل کرده است. همسر وی چند سال قبل فوت شده بود. او گفت: "فکر می‌کنم بیش از همه وقتی که به تخت‌خواب می‌روم جای خالی او را احساس می‌کنم. حدود ۲۰ سال قبل در یک دوره آموزش پیش از ازدواج شرکت کردیم و یک راه آسان را برای دعا با یکدیگر آموختیم. هر شب، پیش از رفتن به تخت‌خواب، دست‌های همدیگر را می‌گرفتیم و دعای "خداوند بزرگ" را با همدیگر می‌خواندیم. در پایان دعا، من از او به خاطر هر آزار احتمالی که آن روز به او رسانده بودم، بخشایش می‌طلبیدم و او نیز همین کار را می‌کرد. در طول ۳۰ سال زندگی مشترکمان بیش از همیشه به یکدیگر نزدیک شدیم. من هر شب با این احساس به خواب می‌رفتم که حقیقتاً آمرزیده (بخشوده) شده‌ام و حالا دلتنگ لحظات بودن با او هستم و جای خالی او را احساس می‌کنم."

<sup>۱</sup> مثال از کتاب "For Better and For Ever" است.

## پرسش‌هایی برای پاسخ دادن و تبادل نظر

۱. وقتی که خودم را در حال دعا کردن مجسم می‌کنم، چه احساسی دارم؟
۲. روش معمول دعا کردن من چیست؟
۳. معمولا مواقعی به دعا روی می‌آورم که ...
۴. دعای روزانه، آنچه است که من برای ..... انجام می‌دهم.
۵. بزرگترین مشکل من برای رو آوردن به دعا این است که ...
۶. اگر بخواهم اهمیت دعا را در زندگی خود بیان کنم، باید بگویم که ...
۷. اگر بخواهم به دعا کردن خودم امتیاز بدهم، فکر می‌کنم امتیاز من ... از صد باشد، زیرا ...
۸. من سعی کرده‌ام/سعی نکرده‌ام (یکی را انتخاب کنید) به همراه همسر دعا کنم. تلاش ما برای دعا کردن یا همدیگر ...
۹. نظر من درباره دعا در زندگی مشترکم با همسر چیست؟
۱۰. چه روش‌هایی را برای دعای مشترک با همسرتان پیشنهاد می‌کنید؟

## نگرش‌ها و رفتارهای دینی ایرانیان (۱۳۸۲)

شناخت آگاهی‌ها، نگرش‌ها و رفتارهای مذهبی بدون تردید بخشی تفکیک ناپذیر از نگرش سنجی فرهنگی است. جداول این بخش از کتاب ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان است که در سال ۱۳۸۲ توسط وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، دفتر طرح‌های ملی چاپ شده است.

### در انجام امور مهم زندگی چقدر به خدا توکل می‌کنید؟

سن	جنس		وضع فعالیت										وضع تاهل					
			سواد															
			زاد	زن	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی‌سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی		شاغل	بیکار	خانه دار	محصل	بازنشسته
کم	۱/۸	۰/۷	۱/۵	۱	۰/۸	۰/۳	۱/۲	۰/۹	۱/۱	۲/۳	۱/۵	۲	۰/۵	۱/۵	۰/۶	۱/۸	۰/۹	
متوسط	۸/۹	۵/۳	۹/۳	۵/۷	۲/۹	۲/۳	۲/۳	۶/۹	۱	۹/۸	۷/۷	۱۰/۱	۴/۵	۹/۴	۲/۸	۹/۸	۵/۵	
زیاد	۸۹/۳	۹۴/۱	۸۹/۲	۹۳/۴	۹۶/۳	۹۷/۴	۹۵/۶	۹۲/۳	۸۹/۹	۸۸	۹۰/۷	۸۷/۸	۹۵	۸۹/۱	۹۶/۷	۸۸/۴	۹۳/۶	
پاسخ متنبر	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۷۲	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۷۲	۴۵۷۲	۴۵۷۲	
آماره	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	۳۵۷۳۸	
سطح مستاداری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	

### معمولا چقدر از خدا می‌خواهید که در زندگی به شما کمک کند؟

سن	جنس		وضع فعالیت										وضع تاهل					
			سواد															
			زاد	زن	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی‌سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی		شاغل	بیکار	خانه دار	محصل	بازنشسته
کم	۱/۵	۰/۳	۱	۰/۸	۰/۸	-	۰/۶	۰/۵	۱/۳	۱/۶	۱/۵	۱/۱	۰/۲	۰/۹	۰/۶	۱/۱	۰/۸	
متوسط	۶/۸	۴	۶/۱	۵/۲	۳/۶	۴/۳	۳/۶	۵/۷	۵/۴	۶/۴	۶/۶	۴/۵	۳/۸	۶/۴	۵	۶/۶	۴/۲	
زیاد	۹۱/۷	۹۵/۸	۹۲	۹۴	۹۵/۶	۹۵/۸	۹۵/۸	۹۵/۴	۹۳/۸	۹۳/۳	۹۲	۹۲	۹۲/۴	۹۶	۹۴/۸	۹۴/۵	۹۴/۳	۹۴/۵
پاسخ متنبر	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۷۲	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۸۰	۴۵۷۲	۴۵۷۲	۴۵۷۲	
آماره	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	۳۷/۹۳۴	
سطح مستاداری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	

چقدر به خدا احساس نزدیکی می کنید؟

متغیر	جنس		سن			سواد						وضع فعالیت		وضع تاهل			
	مرد	زن	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی	شاغل	بیکار	خانه دار	معمول	بازنشسته	مجرد	متاهل
کم	۸/۸	۵/۵	۱۱/۰	۴	۱/۸	۲/۳	۳/۳	۸/۲	۸/۶	۸/۴	۷/۳	۱۱/۷	۴	۱-۷	۱/۷	۱۱/۵	۴/۷
متوسط	۳۱/۸	۲۴/۲	۳۴/۲	۲۲/۷	۱۷	۱۳/۴	۱۶/۴	۲۸/۵	۳۳/۷	۳۴/۱	۲۸/۹	۳۳/۶	۲۰	۳۷/۴	۲۱	۳۵/۳	۲۳/۷
زیاد	۵۹/۴	۷۰/۳	۵۴/۸	۷۲/۳	۸۱/۲	۸۴/۴	۸۰/۲	۶۳/۳	۵۷/۷	۵۷/۵	۶۳/۸	۵۴/۷	۷۶	۷۷/۳	۵۳/۲	۷۱/۶	۷۱/۶
پایین معتبر	۴۵۷۷		۴۵۷۷			۴۵۷۷						۴۵۷۷		۴۵۶۹			
آماره	۶۱,۹۰۱		۰/۲۱۰			۰/۱۳۹						۱۸۶,۷۲۲		۱۷۵/۸-۸			
سطح مستاداری	۰/۰۰۰		۰/۰۰۰			۰/۰۰۰						۰/۰۰۰		۰/۰۰۰			

در طول یک سال گذشته چند وقت یک بار در نماز جماعت شرکت کرده اید؟

متغیر	جنس		سن			سواد						وضع فعالیت		وضع تاهل			
	مرد	زن	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی	شاغل	بیکار	خانه دار	معمول	بازنشسته	مجرد	متاهل
به ندرت	۵۵/۵	۶۳	۶۳/۶	۵۷/۷	۴۳/۸	۵۵/۴	۴۷/۹	۵۹/۸	۶۴/۶	۶۰/۵	۵۵/۱	۶۳/۳	۶۲/۶	۶۱/۷	۴۷	۶۳/۶	۵۶/۸
گاهی اوقات	۲۷/۸	۲۶	۲۵/۷	۲۷	۳۱/۰	۲۳/۱	۳۰/۴	۲۸/۴	۲۲/۷	۲۶/۷	۲۸/۱	۲۴/۹	۲۵/۱	۲۷/۸	۲۹/۸	۲۵/۶	۲۷/۷
اکثر اوقات	۱۶/۷	۱۱	۱۰/۷	۱۴/۳	۲۵/۱	۲۲/۴	۲۱/۸	۱۱/۸	۱۰/۷	۱۲/۷	۱۶/۸	۱۱/۸	۱۲/۳	۱۰/۵	۲۳/۳	۱۰/۸	۱۵/۸
پایین معتبر	۴۵۴۷		۴۵۴۷			۴۵۴۷						۴۵۴۷		۴۵۳۹			
آماره	۳۸,۷۸۴		۰/۱۱۷			۰/۰۷۹						۵۰/۵۸۹		۳۹/۶۳۳			
سطح مستاداری	۰/۰۰۰		۰/۰۰۰			۰/۰۰۰						۰/۰۰۰		۰/۰۰۰			

به جز مراسم ترحیم هر چند وقت یک بار به مسجد می‌روید؟

معتبر تکرار	جنس		سن		سواد							وضع فعالیت		وضع تاهل			
	مرد	زن	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی‌سواد	ابتدایی	متوسطه	دبیرم	عالی	شامل	بیکار	خانه دار	معمول	بازنشسته	مجرد	متاهل
به سبب	۶۱٫۷	۵۲٫۲	۵۲٫۷	۴۴	۳۳	۳۴٫۳	۳۴٫۷	۵۰٫۳	۵۱	۴۹٫۸	۴۰٫۳	۵۱٫۲	۴۹٫۳	۵۵٫۱	۳۵٫۴	۵۳٫۳	۴۲
گسلی اوقات	۳۵٫۷	۳۳	۳۳٫۲	۳۵٫۹	۳۴٫۶	۳۶	۳۶٫۳	۳۳	۳۴٫۱	۳۴٫۸	۳۷٫۵	۳۰٫۶	۳۳٫۳	۴۱٫۳	۴۰٫۳	۳۲٫۷	۳۵٫۴
اکثر اوقات	۲۲٫۶	۱۴٫۷	۱۴٫۱	۲۰٫۱	۲۳٫۳	۲۹٫۷	۲۹	۱۶٫۷	۱۴٫۹	۱۵٫۴	۲۲٫۲	۱۸٫۱	۱۷٫۵	۱۳٫۷	۳۴٫۳	۱۳٫۹	۲۱٫۶
پایان معتبر	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹	۴۵۴۹
آماره	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹	۶۸۴۵۹
سطح معتبری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

در مسایل و احکام دینی از مراجع تقلید می‌کنید، عمل به احتیاط می‌کنید یا به تشخیص خود عمل می‌کنید؟

معتبر تکرار	جنس		سن		سواد							وضع فعالیت		وضع تاهل			
	مرد	زن	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی‌سواد	ابتدایی	متوسطه	دبیرم	عالی	شامل	بیکار	خانه دار	معمول	بازنشسته	مجرد	متاهل
تقلید از مراجع	۶۱٫۱	۶۲٫۲	۵۶	۶۷	۷۱٫۶	۶۶٫۲	۷۲٫۷	۵۹٫۸	۵۹٫۵	۵۹٫۴	۶۴٫۶	۵۸٫۵	۶۶٫۷	۵۱٫۶	۶۷٫۳	۵۴٫۳	۶۶٫۹
عمل به احتیاط	۱۴٫۴	۱۳٫۴	۱۶٫۲	۱۲٫۳	۱۰٫۳	۹٫۳	۸٫۷	۱۵٫۵	۱۵٫۵	۱۴٫۷	۱۲٫۴	۱۴٫۷	۱۱٫۴	۲۰	۱۳٫۸	۱۶٫۵	۱۲٫۲
عمل به تشخیص خود	۲۱	۲۱٫۱	۲۳٫۸	۱۸٫۸	۱۶٫۹	۲۱	۱۶٫۵	۳۰٫۷	۲۳٫۲	۲۳٫۳	۲۰٫۸	۲۳٫۱	۲۰٫۵	۲۳٫۳	۱۵٫۵	۲۴٫۲	۱۹٫۲
هیچکدام	۳٫۵	۲٫۳	۴	۲	۱٫۳	۳٫۶	۲٫۱	۳٫۸	۱٫۸	۳٫۷	۲٫۱	۳٫۶	۱٫۳	۶٫۲	۳٫۳	۴٫۹	۱٫۷
پایان معتبر	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷	۴۵۲۷
آماره	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰	۸۱۳۰
سطح معتبری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

بعضی‌ها معتقدند دینداری به قلب پاک است. حتی اگر آدم نماز نخواند شما با این نظر موافقت یا مخالف؟

مشیر تکثیر	جنس		سن			سواد							وضع تاهل				
	زن	مرد	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی	شاغل	بیکار	خانه دار	معمول	بالرشته	مجرد	متاهل
مخالف	۴۸۹	۵۲۷	۴۵۶	۵۴۴	۵۹۸	۵۵	۶۰۲	۴۶۶	۴۸۶	۵۱۵	۵۰۸	۴۶۱	۵۵۱	۴۴۶	۵۹۱	۴۵۳	۵۴
مردد	۸۲	۹۹	۱۰۳	۷۵	۸۲	۸	۷۵	۹۶	۹۳	۹۳	۷۳	۹۸	۱۰۱	۶۳	۹۱	۸۵	
موافق	۴۲۹	۳۷۴	۴۴	۳۸۱	۳۲	۳۷	۳۳۳	۴۲۸	۴۲۱	۳۹۲	۴۱۹	۴۴	۳۴۸	۴۴۷	۳۴۷	۴۴۹	۳۷۵
پاسخ مشیر	۴۴۵۹		۴۴۵۹		۴۴۵۹		۴۴۵۹						۴۴۵۹		۴۴۵۲		
آماره	۱۵۰۳۳		۰۰۰۹۴				۰۰۳۳						۴۶۲۰۲		۳۶۱۹۶۵		
سطح معتاداری	۰/۰۰۰		۰/۰۰۰		۰/۰۰۰		۰/۰۰۰						۰/۰۰۰		۰/۰۰۰		

بعضی‌ها معتقدند فقط با دین می‌شود مشکلات اخلاقی و فرهنگی جامعه را حل کرد. با این نظر موافقت یا مخالف؟

مشیر تکثیر	جنس		سن			سواد							وضع تاهل				
	زن	مرد	۱۵-۲۹	۳۰-۴۹	۵۰ به بالا	بی سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی	شاغل	بیکار	خانه دار	معمول	بالرشته	مجرد	متاهل
مخالف	۴۶۷	۴۴	۴۷۸	۴۴۳	۴۹۲	۲۸	۴۰۸	۳۵۳	۴۸	۵۱۶	۴۷۳	۴۹۸	۴۱۵	۴۷	۳۸۶	۵۰۱	۴۲۶
مردد	۱۴۳	۱۴۱	۱۵۳	۱۳۳	۱۲۷	۱۱۵	۱۳۳	۱۵۴	۱۴۴	۱۴۸	۱۳۷	۱۳۹	۱۳۴	۱۷۱	۱۱۱	۱۵	۱۳۷
موافق	۳۹	۴۱۹	۳۶۹	۴۲۵	۴۸	۶۰۶	۴۷۱	۳۹۳	۳۷۷	۳۳۶	۳۹	۳۶۳	۳۵۳	۳۵۹	۵۰۳	۳۴۹	۴۲۸
پاسخ مشیر	۴۴۲۹		۴۴۲۹		۴۴۲۹		۴۴۲۹						۴۴۲۹		۴۴۲۲		
آماره	۴۱۰۶۸		۰۰۰۶۵				۰۰۰۱۰۱						۳۵۰۰۹		۳۳۱۵۳۱		
سطح معتاداری	۰/۱۳۰		۰/۰۰۰		۰/۰۰۰		۰/۰۰۰						۰/۰۰۰		۰/۰۰۰		



ایمان به خدا باعث می شود که آدم راحت با مشکلات کنار بیاید؟

مشتم نگرش	جنس		سن		سواد					وضع فعالیت				وضع تاهل		
	م	ز	۱۵-۲۰	۲۰-۴۹	لی سواد	ابتدایی	متوسطه	دیپلم	عالی	شاغل	بیکار	خانه دار	معلم	بازنشسته	مجرد	متاهل
مخالفت	۱/۶	۱/۵	۱/۸	۱/۳	۱	۰/۸	۲/۲	۱/۲	۱/۹	۱/۹	۱/۱	۱/۵	۱/۲	۱/۷	۱/۷	۱/۵
مردد	۲/۶	۰/۹	۲/۲	۱/۱	۲	۰/۷	۷/۳	۱/۱	۳/۳۳	۳	۲/۹	۰/۸	۲/۱	۲/۸	۲/۵	۱/۳
موافق	۹۸/۷	۹۷/۶	۹۶	۹۷/۵	۹۸/۳	۹۷/۶	۹۵/۷	۹۷/۷	۹۴/۹	۹۶/۱	۹۵/۹	۹۷/۷	۹۶/۷	۹۵/۵	۹۵/۸	۹۷/۲
پاسخ معتبر	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۴۳	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۴۳	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۵۱	۴۵۴۳	۴۵۴۳	۴۵۴۳	۴۵۴۳
آماره	۱۹/۵۶۱	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲	۰/۰۳۲
سطح معتاداری	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰

هر کدام از اعمالی را که برایتان می خوانم معمولا چقدر انجام می دهید؟

نگرش	کم	متوسط	زیاد	نمی دانم	تعداد پاسخ معتبر
تلاوت قرآن	۴۱/۳	۳۸/۱	۲۰/۰	۳۳	۴۵۴۸
شرکت در مجالس روضه و عزاداری	۲۵/۵	۳۸/۲	۳۶/۳	۱۷۳	۴۴۰۸
صدقه دادن	۷/۳	۲۴/۲	۶۸/۶	۲۸	۴۵۵۳
زیارت اماکن متبرکه	۲۳/۳	۴۲/۰	۳۴/۷	۳۰	۴۵۵۱
شرکت در هیات های مذهبی	۳۵/۰	۳۲/۷	۲۲/۴	۲۹	۴۵۵۲
شرکت در عزاداری تاسوعا و عاشورا	۷/۶	۱۲/۷	۷۹/۷	۱۷۶	۴۴۰۵
استخاره کردن	۴۷/۷	۲۷/۳	۲۵/۱	۳۴	۴۵۴۷
شرکت در مراسم دعای کمیل	۵۷/۱	۲۶/۸	۱۶/۱	۱۷۴	۴۴۰۷

به نظر شما هر کدام از خصوصیات که نام می‌برم چقدر در بین مردم رواج دارد؟

نگرش	کم	متوسط	زیاد	نمی‌دانم	تعداد پاسخ معتبر
گذشت	۵۵/۷	۳۱/۳	۱۲/۹	۲۴	۴۵۵۷
امانت داری	۴۱/۱	۴۲	۱۶/۹	۸۶	۴۴۹۵
انصاف	۵۶/۲	۳۴/۹	۸/۹	۳۶	۴۵۴۵
کمک به دیگران	۳۶/۵	۳۷/۹	۲۵/۵	۲۰	۴۵۶۱
صداقت و راستگویی	۵۸/۶	۳۲/۶	۸/۹	۳۷	۴۵۴۴
پای بندی به قول و قرار	۴۹/۱	۳۹/۳	۱۱/۶	۷۰	۴۵۱۱
نورویی و تظاهر	۱۷/۲	۱۴/۶	۶۸/۲	۶۶	۴۵۱۵
تقلب و کلاهبرداری	۱۱/۴	۱۳/۹	۷۴/۷	۷۱	۴۵۱۰
تملق و چاپلوسی	۱۱/۸	۱۵/۴	۷۲/۸	۸۱	۴۵۰۰

به نظر شما مهم ترین صفت یک آدم خوب چیست؟

نگرش	تعداد	درصد
صداقت	۲۰۹۵	۴۶/۶
ایمان	۷۳۴	۱۶/۳
درستکاری	۳۲۸	۳/۷
اخلاق خوب	۴۹۴	۱۱
گذشت	۱۸۴	۴/۱
انصاف	۱۹۳	۴/۳
انسانیت	۳۰۱	۶/۷
معرفت و شناخت	۶۸	۱/۵
نظم و قانون	۱۲	۰/۳
سایر	۸۳	۱/۸
جمع کل	۴۵۸۱	۱۰۰

منابع:

1. Markman S. / Stanley M. / Blumberg S.L., (2001). Fighting for your Marriage: Sacred Places: Core Beliefs and Spiritual Intimacy.
2. Robert A. / Ruhnke / (2000). For Better and for Eever. Marital Spirituality and Prayer.
۳. وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، دفتر طرح‌های ملی، ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان (زمستان ۱۳۸۲): نگرش‌ها و رفتارهای دینی، ارزیابی اخلاقی.
۴. منتخب جامع مفاتیح‌الجنان / تألیف: عباس قمی / ترجمه: هاشم رسولی محلاتی / به تنظیم: علی محمد اسدی.

