

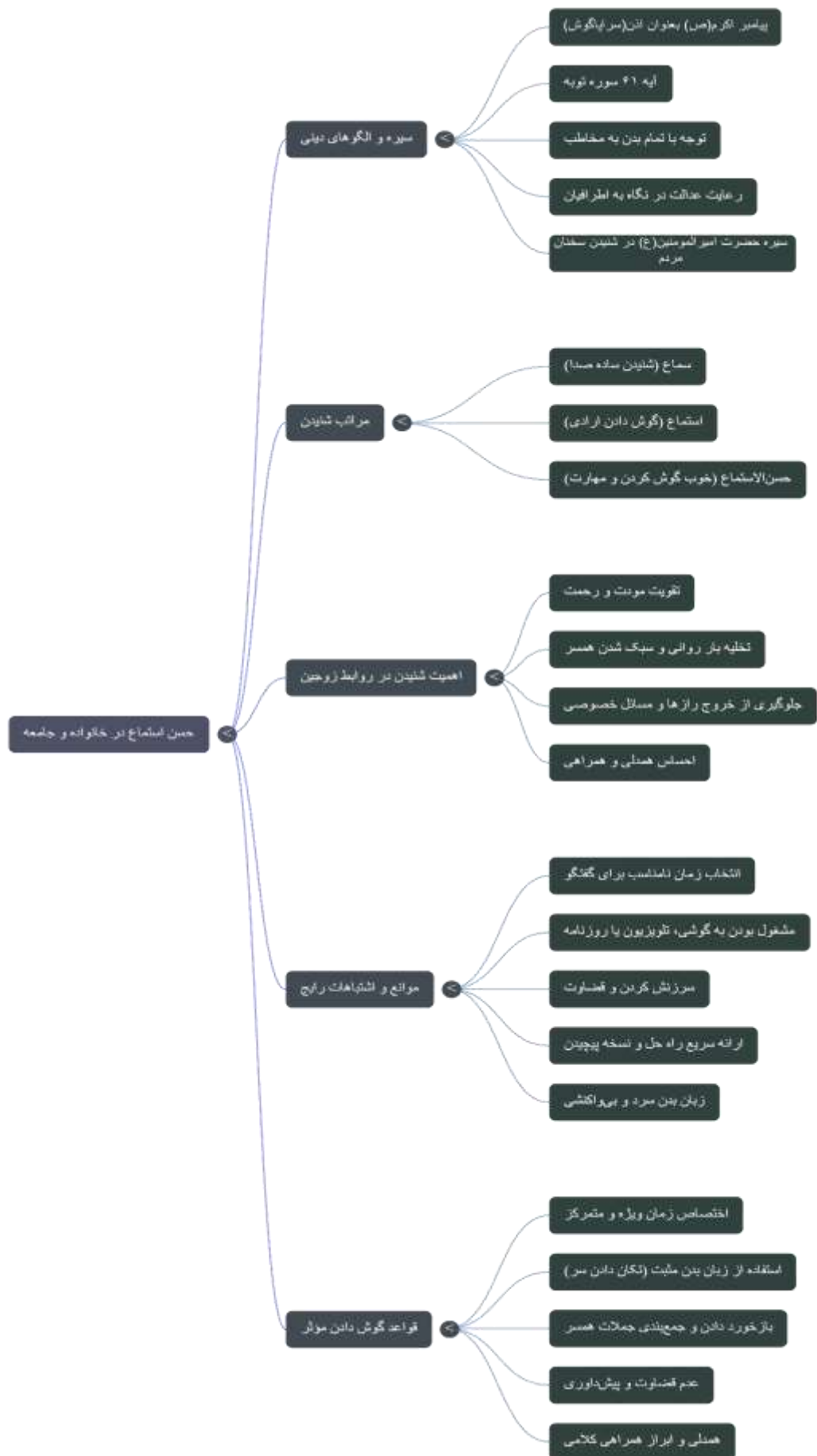
بسم الله الرحمن الرحيم

دوره هنر همسر داری در قرآن کریم

(خانواده در قرآن ۲)

جلسه چهارم

مدرس دوره: دکتر سجاد مهدی زاده



مبانی قرآنی و اخلاقی در اهمیت و جایگاه «حسن الاستماع» در روابط خانوادگی و اجتماعی: تحلیل جامع سوره روم و سیره نبوی (جلسه چهارم)

چکیده

این نوشتار به تحلیل اهمیت «گوش دادن مؤثر» به عنوان یکی از ارکان کلیدی ارتباطات در نظام خانواده و جامعه دینی می‌پردازد. بر اساس آموزه‌های استخراج شده از سیره نبوی و متون قرآنی، ارتباط کلامی تنها به معنای سخن گفتن نیست، بلکه بخش پنهان و بسیار حیاتی آن، هنر شنیدن صمیمانه و همدلانه است. الگوبرداری از پیامبر اسلام (ص) که در قرآن کریم به دلیل توجه وافر به سخنان مردم، «اذن» (سراپا گوش) نامیده شده‌اند، نشان‌دهنده ضرورت تغییر رویکرد از «شنیدن گذرا» به «گوش دادن فعال» است. بسیاری از بحران‌های خانوادگی، از جمله افشای اسرار منزل و طلاق، ریشه در نبود گوش شنوایی در کانون خانواده دارد و با تمرین مهارت‌های ارتباط غیرکلامی و همدلی، می‌توان این چالش‌ها را مدیریت کرد.

۱. تحلیل سیره نبوی و قرآنی در حوزه ارتباطات

در نظام فکری قرآن و سیره معصومین (ع)، گوش دادن نه یک انفعال، بلکه یک کنش اخلاقی و مهارتی است.

- پیامبر (ص) به مثابه «اذن» (گوش): طبق آیه ۶۱ سوره توبه، برخی از مخالفان، پیامبر (ص) را به دلیل گوش دادن بسیار به حرف‌های مردم مورد ملامت قرار می‌دادند و او را «اذن» (سراپا گوش) می‌نامیدند. قرآن این ویژگی را «خیر» برای جامعه معرفی می‌کند. این اصطلاح نشان‌دهنده غرق شدن کامل در استماع و صمیمیت در مواجهه با مخاطب است.

- **مودت و رحمت در نظام اجتماعی:** بر اساس تفسیر آیه ۲۱ سوره روم، تمرین محبت و حمایت کلامی در خانواده، مقدمه‌ای برای تسری این رحمت به کل جامعه دینی است. حمایت از یکدیگر و کم‌کار بودن (یاری‌گر بودن) لازمه زندگی اجتماعی است.
- **سیره حضرت علی(ع):** در روایات آمده است که ایشان شنونده‌ای بسیار عالی بودند و مردم با هر عقیده و شکلی، مسائل خود را با ایشان در میان می‌گذاشتند و ایشان با تمام وجود به آن‌ها گوش می‌سپردند.

۲. سطوح و مراتب شنیدن

برای درک بهتر مفهوم گوش دادن، باید بین سطوح مختلف فعالیت گوش تفکیک قائل شد:

اصطلاح	تعریف و ویژگی‌ها
سماع	شنیدن ابتدایی و گذرا؛ صدایی به گوش می‌رسد بدون آنکه تمرکز یا تشخیصی روی آن صورت گیرد.
استماع	گوش دادن ارادی؛ مانند حضور در کلاس درس که فرد سعی می‌کند مطالب را دریافت کند.
حسن الاستماع	گوش دادن نیکو و متبحرانه؛ مهارتی که در آن فرد «سراپا گوش» می‌شود و با تمام وجود و همدلی به مخاطب توجه می‌کند.

۳. آسیب‌شناسی فقدان گوش دادن مؤثر در خانواده

عدم توجه به مهارت «حسن‌الاستماع» در محیط خانواده منجر به پیامدهای مخربی می‌شود که در تحلیل‌های میدانی و مشاوره‌ای مشهود است:

- **خروج اسرار از منزل:** یکی از دلایل اصلی که افراد (به ویژه خانم‌ها) مسائل خصوصی یا روزمره خود را به بیرون از خانه و نزد فامیل یا غریبه‌ها می‌برند، نیافتن گوش شنوایی در همسر است. غم، غصه و فشارهای روانی در صورت عدم تخلیه در محیط خانه، راهی به بیرون پیدا می‌کنند.
- **فقدان درک متقابل در فشار اقتصادی:** آقایان به دلیل فشارهای کاری و اقتصادی، اغلب خسته به منزل بازمی‌گردند و خانم‌ها نیز ممکن است زمان نامناسبی را برای گفتگو انتخاب کنند. عدم هماهنگی در این زمان‌بندی و نبود مهارت گوش دادن، باعث می‌شود طرفین احساس تنهایی کنند.
- **تخریب رابطه به واسطه سرزنش:** بسیاری از افراد به جای گوش دادن همدلانه، بلافاصله شروع به قضاوت یا ارائه راهکار و سرزنش (مانند گفتن جمله‌ی «بهت گفته بودم») می‌کنند که این امر باعث انسداد مسیرهای ارتباطی در آینده می‌شود.

۴. اصول و قواعد گوش دادن فعال (ارتباط غیرکلامی)

- گوش دادن مؤثر تنها با گوش انجام نمی‌شود، بلکه مجموعه‌ای از رفتارهای غیرکلامی را در بر می‌گیرد که در سیره پیامبر (ص) نیز مشهود بوده است:
- **توجه تمام‌بدنی:** در کتاب «سنن‌النبی» اشاره شده است که پیامبر(ص) هنگام گفتگو با کسی، تنها سر خود را بر نمی‌گرداندند، بلکه با تمام بدن به سمت طرف مقابل می‌چرخیدند.

- **عدالت در نگاه:** تقسیم کردن نگاه بین مخاطبان و رعایت عدالت در توجه بصری، از ظرایف ارتباطی سیره نبوی است.
- **زبان بدن و بازخورد:** تکان دادن سر، استفاده از اصواتی که نشان‌دهنده همراهی است (مانند «اوهوم»، «عجب») و عدم اشتغال به کارهای دیگر (مانند کار با گوشی یا دیدن تلویزیون) هنگام صحبت همسر.
- **خلاصه‌سازی و بازگویی:** برای اطمینان از فهم درست و آرامش خاطرِ گوینده، شنونده باید گاهی جملات او را جمع‌بندی و بازگو کند تا فرد احساس کند حرفش کاملاً فهمیده شده است.

۵. توصیه‌های کاربردی برای تقویت ارتباطات

- **اختصاص زمان بدون رسانه:** زوجین باید حداقل ۱۰ دقیقه در روز را بدون حضور گوشی، تلویزیون یا هر عامل مزاحم دیگری، صرفاً به شنیدن حرف‌های یکدیگر اختصاص دهند.
- **پرهیز از نسخه‌پیچی فوری:** هدف از بسیاری از گفتگوها صرفاً سبک شدن و تخلیه روانی است، نه دریافت راه حل. شنونده باید ابتدا نقش همدل را ایفا کند.
- **تمرین در جوانی:** اگرچه تغییر رفتار در بزرگسالی ممکن است، اما جوانان در آستانه تشکیل خانواده باید این مهارت را به عنوان یک «اخلاق پایه» تمرین کنند.
- **رازداری:** گوش دادن مؤثر زمانی تداوم می‌یابد که گوینده اطمینان داشته باشد حرف‌هایش به عنوان یک امانت نزد شنونده باقی می‌ماند.

نتیجه‌گیری

طبق آموزه‌های دینی، «حسن الاستماع» یک ضرورت برای زندگی قرآنی است. اگر زن و شوهر برای یکدیگر گوش شنوایی باشند، نیاز به بردن مسائل به نزد دیگران از بین رفته و پیوند «مودت و رحمت» در کانون خانواده مستحکم می‌گردد.