

نقش مهارت گوش دادن در حفظ صمیمیت همسران با تأکید بر آیات و

روایات

مریم ادریسی^۱

چکیده

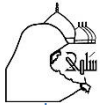
مهارت‌های همسررداری از جمله اموری است که در آموزه‌های دینی به آن پرداخته شده است. مهارت‌های همسررداری، توانایی‌هایی است که منجر به ارتقای بهداشت روانی زن و شوهر، غنای روابط انسانی آن دو، افزایش سلامت و رفتارهای سالم ایشان می‌گردد. مهارت خوب گوش دادن، یکی از مهم‌ترین مهارت‌های همسررداری است که کمتر مورد توجه همسران واقع می‌شود، در حالی که برقراری ارتباط مؤثر در گفت‌وگو معلول این مهارت است؛ زیرا تا شنونده‌ای نباشد اصلاً گفتنی رخ نخواهد داد. با تحقیق در منابع دینی برداشت می‌شود، شارع مقدس غافل از اهمیت این مهارت نبوده و آموزه‌هایی در جهت شناساندن هنر شنوندگی، آفات شنوندگی و تقویت مهارت شنوندگی، ارائه کرده است که با به‌کارگیری آن می‌توان گفت‌وگویی سالم و لذت‌بخش، در جهت تنظیم روابط زناشویی و تحکیم بنیان خانواده داشت.

کلید واژگان: مهارت، گوش دادن، شنیدن، همسررداری، گفتگو، خانواده

مقدمه

خانواده کوچکترین و مهمترین نهاد اجتماعی است که با پیوند زناشویی دو جنس مخالف تشکیل می‌شود. بر اساس این آیه، ازدواج مایه آرامش و ایجاد

^۱ کارشناسی ارشد فقه و اصول، z-edrisi@yahoo.com





صمیمیت بین زن و شوهر است؛ اما این سؤال مطرح می‌شود، چرا زن و مردی که بر اساس نیاز طبیعی میل به جنس مخالف، با عشق و محبت، به‌منظور رسیدن به آرامش، ازدواج می‌کنند، باگذشت زمان روابطشان به سردی می‌گراید و به‌جای صمیمیت، بی‌تفاوتی و چه‌بسا نفرت میانشان حاکم می‌شود.

در پاسخ به این سؤال می‌توان گفت یکی از دلایل تیره شدن روابط همسران، عدم آشنایی ایشان با مهارت‌های همسررداری است. لذا دین اسلام، همان‌طور که بر تشکیل خانواده تأکید می‌ورزد، نسبت به حفظ و استحکام این بنیان مقدس اهمیت قائل است و برای پیش‌گیری از چنین مسائلی و حل آن‌ها، دستورات و آموزه‌هایی دارد که با شناخت و عمل به آن‌ها، روابط زن و شوهر سالم می‌گردد. به‌طور کلی می‌توان مهم‌ترین مهارت‌های همسررداری را به چهار گروه تقسیم کرد: مهارت گفتگو، مهارت شنیدن، مهارت حل مشکل، مهارت روابط زناشویی. از آنجایی که مهارت گوش دادن کمتر توجه واقع‌شده است در این پژوهش آموزه‌های مربوط به این مهارت ارائه خواهد شد. مهارت‌های همسررداری از جمله اموری است که هم در آموزه‌های دینی و هم در روانشناسی غربی به آن پرداخته‌شده و هدف در هر دو، تنظیم و سالم‌سازی روابط بین همسران است.

باوجوداین هدف مشترک، تفاوت اساسی بین روش‌های این دو دسته وجود دارد. مهارت‌های ارائه‌شده بر اساس آموزه‌های دینی، برگرفته از قرآن و سنت است و این منابع از آن‌جهت که ریشه و حیانی دارند، دارای نتایج مطمئن‌تری هستند؛ زیرا دستورات خداوند متعال که خالق انسان است و بیش از همه نیازهای او را می‌شناسد، در جهت حفظ همه‌جانبه‌ی مصالح انسان‌ها در کوتاه‌مدت یا بلندمدت است؛ اما در روانشناسی غربی که بر اساس تجربه و استقرائی هست که در طی دو‌یست سال گذشته شکل‌گرفته است، نتایج تضمین‌شده نیست و شاید در کوتاه‌مدت آثار مثبتی داشته باشد و یا این‌که از جهتی مفید باشد ولی از جهات دیگر آثار سوئی به همراه داشته باشد؛ بنابراین نمی‌توان به مفید بودن آن یقین

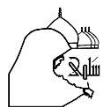
داشت. با توجه به مطالب بالا، در این مقاله سعی شده با مراجعه به منابع دینی، مهم‌ترین مهارت‌های خوب گوش دادن و مهم‌ترین آفات شنوندگی شناسایی شود و راهکارهای تقویت مهارت گوش دادن استخراج گردد. به‌کارگیری مطالب ارائه‌شده در این پژوهش، کمک فراوانی به حفظ صمیمیت همسران خواهد نمود.

۱- هنر شنوندگی

فرایند گفتگو، تعاملی دوطرفه است که یک‌طرف آن را گوینده و طرف دیگر آن را شنونده شکل می‌دهد؛ اما این بدان معنا نیست که همیشه شنونده یک نفر است و گوینده نفر دیگر، بلکه به‌تناسب بحث، هر طرف گاهی نقش گوینده و گاهی نقش شنونده را ایفا می‌کند. در فرایند گفتگو، هر یک از طرفین باید با مهارت و هنر خوب سخن گفتن و خوب گوش دادن آشنا باشند و آن را به کاربندند تا گفتگویی سالم و بدون کینه، دلخوری، اختلاف و سوءتفاهم شکل گیرد. در این بخش از مقاله با توجه به موضوع آن به مهارت‌های مربوط به هنر خوب گوش دادن در گفتگوی همسران پرداخته خواهد شد.

۱-۱- سکوت

سکوت به‌جا، از سجایای اخلاقی است که در آموزه‌های دینی به آن توصیه‌های فراوانی شده است. امام سجاد (علیه‌السلام) می‌فرماید: "المؤمن یصمت لیسلم و ینطق لیغنم" (کلینی، ۱۳۶۵، ج ۲، ص ۲۳۱). مؤمن سکوت می‌کند تا سالم ماند و سخن می‌گوید تا سود برد، بر اساس این حدیث سکوتی ارزشمند است که سبب ایمنی باشد. رسول خدا (صلی‌الله علیه و اله) می‌فرماید: "من کان یؤمن باللّه و الیوم الآخر فلیقل خیرا أو یسکت" (قمی، بی‌تا، ص ۱۵۳). هرکس به خدا و روز قیامت ایمان دارد، باید سخن خیر بگوید یا سکوت نماید، در این حدیث سکوت کردن زمانی که سخن گفتن شری به همراه داشته باشد، به‌عنوان نمونه‌ای از سکوت ستوده و به‌جا معرفی شده است. همچنین امیرالمؤمنین علی (علیه‌السلام)



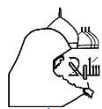


سکوتی را که سبب وقار و تشخیص فرد شود، ستوده‌اند: ”بالصمت یكثر الوقار“ (محمدی ری شهری، ۱۴۱۶ ه ق، ج ۴، ص ۳۶۱۷). با سکوت وقار زیاد می‌شود.

سکوت کردن هنگام سخن گفتن گوینده نیز، یکی از مصادیق سکوت به جا و نیکوست؛ زیرا شنونده برای اینکه منظور و مقصود گوینده را متوجه شود باید سکوت نموده و کلام او را قطع نکند تا پیام و مقصود خود را به صورت کامل انتقال دهد. خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: ”و اذا قرئ القرآن فاستمعوا له و انصتوا لعلکم ترحمون“ (اعراف، ۲۰۴)؛ چون قرآن خوانده شود به آن گوش فرا دهید و خاموش باشید شاید مشمول رحمت خدا شوید. بر اساس این آیه، سکوت کردن و گوش دادن به کلام خدا زمینه بهره‌مندی از رحمت الهی را که فایده و غرض آیات الهی است، فراهم می‌سازد؛ بنابراین برای بهره‌مند شدن از فایده و غرض هر کلامی باید در مقابل آن سکوت کرد و به آن گوش سپرد.

امیر المومنین علی (علیه السلام) می‌فرماید: ”من احسن الاستماع تعجل الانتفاع“ (محمدی ری شهری، ۱۴۱۶ ه ق، ج ۲، ص ۱۳۶۲). هر که خوب گوش کند لایحه المسلم المتکلم فی حدیثه فکانما خدش وجهه“ (حر عاملی، بی تا، ج ۸، ص ۴۷۲). هر که در میان سخن برادر مسلمانش وارد شود چنان است که چهره او را بخراشد. زود فایده می‌برد؛ از این رو زن و شوهر نیز باید در هنگام سخن گفتن طرف مقابل، سکوت اختیار کنند و به کلام یکدیگر خوب گوش دهند تا از فایده‌ی این گفتگو که مهم‌ترین آن ابراز علاقه و محبت و همدلی است، بهره‌مند گردند. از سوی دیگر، قطع کردن کلام گوینده نشانه بی‌احترامی به وی و ارزش قائل نشدن به سخنان اوست.

در ضمن اگر قطع کلام گوینده، سبب بی‌احترامی و آزار و اذیت او شود و از مصادیق ایذاء مؤمن باشد، از نظر فقهی نیز حرام است. امام صادق (علیه السلام) در مذمت ایذاء مؤمن می‌فرماید: ”قال الله عز و جل لیاذن به حرب منی من آذی



عبدی المومن ” (مجلسی، ۱۴۰۳ ه ق، ج ۷۵، ص ۱۵۲). خداوند متعال فرموده است: هر که بنده مؤمن مرا اذیت کند همانا خود را به جنگ با من آماده ساخته است. در حدیث دیگری رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می فرماید: ” الْمُسْلِمُ مَنْ سَلِمَ الْمُسْلِمُونَ مِنْ لِسَانِهِ وَ يَدِهِ ” (محمدی ری شهری، ۱۴۱۶ ه ق، ج ۵، ص ۳۶۶). مسلمان کسی است که مسلمانان از دست و زبان او آسوده باشند. اولین نتیجه‌ای که می توان از این روایت استنباط کرد این است که اگر کسی به نوعی موجب اذیت و آزار دیگران گردد، مسلمان حقیقی نخواهد بود گرچه این آزار به سبب قطع کردن کلام باشد.

با توجه به احادیث فوق، زن و شوهر باید در هنگام گفتگو صبر و حوصله به خرج داده و کلام یکدیگر را قطع نکنند و موجب ایذاء و آزار یکدیگر نشوند، چه بسا این کار موجب خشم و عصبانیت طرف مقابل گردد و زمینه ساز جدایی عاطفی آن دو شود؛ چنانکه امیرالمومنین علی (علیه السلام) می فرماید: ” اذا احتشم المومن اخاه فقد فارقه ” (نهج البلاغه، حکمت ۴۸۰). هرکسی برادر مؤمن خود را با رفتار و کردارش عصبانی کند و به خشم و غضب آورد، درواقع اسباب جدایی و فاصله گرفتن او را فراهم کرده است. عمومیت این حدیث و نبودن خصوصیتی ویژه برای افراد مخاطب این حدیث، ترک چنین رفتارهای فاصله انداز را در روابط زوجین دلالت دارد. از آنجاکه حفظ مودت و رحمت به عنوان دو ابزار مهم برای رسیدن به سکونت و آرامش، برای زن و شوهر محسوب می شود و بنیان و استحکام خانواده بستگی به این دو دارد؛ بنابراین هر نوع رفتاری که برای همسران موجب تضعیف مودت و رحمت باشد، مورد نهی مؤکد خواهد بود.

۱-۲- توجه کردن

همان طور که گذشت، شنونده باید در هنگام سخن گفتن گوینده سکوت اختیار کند و از قطع کردن کلام او پرهیز نماید؛ اما باید به این نکته نیز توجه داشت که



سکوت کردن، به معنای بی توجهی به کلام گوینده نیست، بلکه منظور سکوتی است که همراه با دقت و توجه و به منظور درک و فهم بهتر کلام گوینده باشد. امیر المومنین علی (علیه السلام) می‌فرماید: "الصمت روضة الفكر" (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۳۷). سکوت باغستان اندیشه است. سکوت کردن فرصتی است برای تأمل و تفکر در کلام گوینده؛ البته این تأمل بدین معنا نیست که شنونده غرق در افکار خودش باشد و اصلاً متوجه حرف‌های گوینده نشود.

شنیدنی که بدون توجه باشد، فایده و ثمره‌ای ندارد؛ چنانکه امیرالمؤمنین می‌فرماید: "سمع الاذن لا ينتفع مع غفلة القلب" (همان، ص ۴۰۲). شنیدن گوش با غفلت دل سودی نمی‌بخشد. با توجه به اهمیت خوب گوش دادن و نقش آن در ایجاد ارتباطات، خداوند متعال در قرآن کریم پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) را به خاطر خوب گوش دادن می‌ستاید و در پاسخ کسانی که حضرت را به خاطر صبر و حوصله‌اش در گوش دادن به کلام مردم، مسخره می‌کردند می‌فرماید: "وَمِنْهُمْ الَّذِينَ يُؤْذُونَ النَّبِيَّ وَيَقُولُونَ هُوَ أَدْنُ قُلُّ أَدْنُ خَيْرٍ لَكُمْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَيُؤْمِنُ لِلْمُؤْمِنِينَ وَرَحْمَةٌ لِلَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ رَسُولَ اللَّهِ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ" (توبه، ۶۱). بعضی از ایشان پیامبر را می‌آزارند و می‌گویند که او به سخن هر کس گوش می‌دهد بگو: او برای شما شنونده سخن خیر است به خدا ایمان دارد و مؤمنان را باور دارد و رحمتی است برای آنهایی که ایمان آورده‌اند و آنان که رسول خدا را بی‌آزارند به شکنجه‌ای دردآور گرفتار خواهند شد.

در تعامل و گفتگوی بین همسران نیز، طرفین باید هنگام سخن گفتن دیگری نسبت به کلام او توجه داشته باشند. رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در بیان ویژگی‌های زن خوب، به این ویژگی اشاره می‌فرماید: "ان خیر نسائکم ... آلتی تسمع امره و تطیع قوله" (حر عاملی، بی تا، ج ۵، ص ۳۲۴). بهترین زنان آن کسی

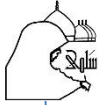
است که سخن شوهرش را بشنود و فرمان او را اطاعت کند. از این حدیث چنین برداشت می‌شود که شنیدنی که همراه با توجه باشد، سبب می‌شود زن نسبت به نیازهای همسرش اطلاع پیدا کند و در نتیجه آن‌ها را در حد توان و وظیفه‌اش تأمین کند.

زن و شوهری که با اهداف گوناگونی از جمله ابراز عشق و محبت، همدلی، حل مشکلات، مشاوره و ... با یکدیگر گفتگو می‌کنند باید این نکته را فراموش نکنند که بدون توجه کردن به کلام طرف مقابل نمی‌توانند به این اهداف دست یابند. همسران باید هنگام گوش دادن به سخنان یکدیگر، از پرداختن به اموری که سبب حواس‌پرتی می‌شود خودداری کنند؛ مانند کار کردن با تلفن همراه و رایانه، انجام امور منزل از قبیل آشپزی و نظافت و یا امور مربوط به شغل و هر کاری که سبب می‌شود طرف مقابل احساس کند شنونده به حرف او اهمیت و گوش نمی‌دهد. همچنین وضعیت خود را با وضعیت یکدیگر هماهنگ کنند، اگر طرف مقابل نشسته است بنشینند و اگر ایستاده بایستند و رو به یکدیگر نشسته و هر وقت ممکن بود ارتباط چشمی برقرار کنند. (شیری، ۱۳۸۷، ص ۴۵)

برقراری ارتباط چشمی در گفتگو بسیار مهم است. امیرالمؤمنین می‌فرماید: "العین برید القلب" (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۳۱). چشم نامه‌رسان دل است. وقتی چشم به شخص گوینده توجه داشته باشد، به تبع آن فکر و قلب نیز متوجه کلام گوینده خواهد بود.

۱-۳- واکنش نشان دادن

همان‌طور که گذشت، گوش دادن یکی از ارکان گفتگوست. اساساً گوش دادن بستر و زمینه‌ساز گفتن است و اگر گوشی برای شنیدن نباشد، گفتنی نیز صورت نمی‌گیرد. امیرالمؤمنین علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: "السامع شریک القائل" (همان، ص ۳۶). شنونده شریک گوینده است؛ بنابراین شنونده باید به‌عنوان





شریک گوینده در شکل‌گیری یک گفتگوی خوب و جهت‌دار تلاش کند؛ به بیان دیگر این شنونده است که با واکنش نشان دادن در مقابل سخن گوینده، جهت و محتوای گفتگو را مشخص می‌کند.

شنونده نباید در برابر کلام گوینده بی‌تفاوت باشد، بلکه باید به‌وسیله برخی رفتارها توجه و علاقه خود را نسبت به کلام گوینده نشان دهد و این‌گونه، باعث اشتیاق و رغبت شخص مقابل به ادامه گفتگو شود؛ چنانکه ضرب‌المثلی هست که می‌گوید: "مستمع صاحب سخن را بر سر وجد آورد."

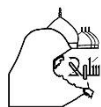
خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: "إِذَا حُيِّتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا" (نساء، ۱۸۶)؛ هر گاه شما را تحیت و سلامی گفتند شما نیز باید به تحیت و سلامی بهتر از آن یا مانند آن پاسخ دهید که خدا به حساب هر چیزی کاملاً خواهد رسید. از این آیه برداشت می‌شود که در برابر رفتارهای دیگران باید واکنشی بهتر از آن و یا متناسب با آن نشان داد. زن و شوهر نیز باید هنگام گوش دادن به کلام یکدیگر به این نکته توجه داشته باشند.

واکنش نشان دادن به سه وسیله تحقق می‌یابد: حالات چهره، حرکات و افعال بدن، کلام. زن و شوهر هنگام گفتگو باید با روی گشاده با یکدیگر روبرو شوند، امام سجاد (علیه‌السلام) در بیان حقوق هم‌نشین می‌فرماید: "وأما حق الجليس فأنت تلين له كنفك و تطيب له جانبك وتنصفه في مجاراة اللفظ و لا تغرق في نزع اللحظ إذا لحظت وتقصد في اللفظ إلى إفهامه إذا لفظت وإن كنت الجليس إليه كنت في القيام عنه بالخيار وإن كان الجالس إليك كان بالخيار ولا تقوم الا باذنه" (حرانی، ۱۳۶۳، ص ۲۶۶)؛ اما حق هم‌مجلس و هم‌نشین بر تو آن است که باکمال خوش‌روئی پذیرای او شده و با تواضع و طیب خاطر از او استقبال نمائی و اجازه دهی که او هم‌سخن گوید و تو متکلم وحده نباشی، از نگاه‌های متکبرانه و

تحقیرآمیز که با گوشه چشم صورت می‌گیرد پرهیز کن و وقتی سخن می‌گویی طوری سخن بگو که او بفهمد و اگر تو بر او وارد شده‌ای، اختیار با خودت هست که هر وقت بخواهی ترکش کنی و اگر او بر تو وارد شده است، اختیار با خودش هست که بخواهد مجالست با ترا ترک نماید اما تو بدون اجازه‌ی او (در صورتی که او وارد بر تو باشد) حق نداری که مجالست او را ترک نمایی.

هر یک از زن و مرد باید موقعیت‌شناس باشد و هنگام گوش دادن به سخن دیگری توجه کند که حالات چهره‌اش متناسب با محتوای کلام او باشد. امام جواد (علیه‌السلام) می‌فرماید: "من لم يعرف الموارد اعیته المصادر" (مجلسی، ۱۴۰۳ ه ق، ج ۷۱، ص ۳۴۰). هر کس موقعیت‌شناس نباشد جریانات او را می‌رباید و هلاک خواهد شد؛ بنابراین اگر متکلم مطلب جذابی نقل می‌کند، شنونده خود را هیجان‌زده نشان دهد و یا اگر از ماجرای که سبب ناراحتی‌اش شده سخن می‌گوید، چهره‌اش را غمگین و متأسف نشان دهد.

زن و شوهر با حرکات بدن و یک سری اعمال می‌توانند سبب لذت‌بخش شدن گفتگویشان شوند از جمله: گرفتن دست یکدیگر، در آغوش کشیدن همدیگر، نوازش کردن و در کنار یکدیگر نشستن و ... رسول خدا (صلوات‌الله‌علیه و آله) می‌فرماید: "جلوس المرء عند عیاله احب الی الله تعالی من اعتکاف فی مسجدی هذا" (محمدی ری‌شهری، ۱۴۱۶ ه ق، ج ۲، ص ۱۱۸۶)؛ نشستن مرد در کنار خانواده‌اش، نزد خداوند تعالی دوست‌داشتنی‌تر از اعتکاف در این مسجد من است، "خیر الرجال من امتی الذین يتطاولون علی اهلینهم و یحنون علیهم و لا یظلمونهم" (طبرسی، ۱۹۷۲ م، ص ۲۱۶)؛ بهترین مردان امت من آن کسانی هستند که نسبت به خانواده خود خشن و متکبر نباشند و بر آنان ترحم و نوازش کنند و بر آنان آزار نرسانند.



واکنش کلامی هم بدین صورت است که شنونده به وسیله الفاظ و اصوات نسبت به کلام گوینده واکنش نشان دهد، اگر کلامش را قبول دارد تأیید و در غیر این صورت محترمانه نقد کند. در گفتگوی بین زن و شوهر علاوه بر این می توان با ابراز عشق و صمیمیت به وسیله کلمات محبت آمیز طرف مقابل را به ادامه دادن گفتگو ترغیب و تشویق کرد.

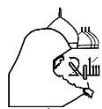
۱-۴- تغافل

تغافل به معنای خود را غافل وانمود کردن است. از آداب گوش دادن این است که شنونده خطای گوینده را نادیده گرفته و موجب خجالت و شرمندگی او نشود. ممکن است کسی هنگام سخن گفتن، کلماتی را اشتباه ادا کند و یا مطلب تکراری را که شنونده از آن باخبر است، بیان نماید، در این صورت شنونده نباید خطایش را به رخ کشیده و یا او را از تمام کردن کلامش به خاطر تکراری بودن آن بازدارد.

امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) می فرمایند: " مِنْ أَشْرَفِ أَعْمَالِ الْكَرِيمِ، غَفْلَتُهُ عَمَا يَعْلَمُ " (نهج البلاغه، حکمت ۲۲۲). از بهترین کارهای انسان بزرگوار، چشم پوشی او از آنچه می داند است. براین اساس، خطاپوشی و تغافل نشانه بزرگواری شنونده است. همسران به مراتب اولی باید نسبت به خطاها و اشتباهات هم تغافل و چشم پوشی داشته باشند. خداوند متعال زن و شوهر را به عنوان لباس یکدیگر معرفی می فرماید: " هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَ أَنْتُمْ لِبَاسٌ لِهِنَّ ... " (بقره، ۱۸۷). همسران شما، لباس شما هستند و شما لباس آن ها. از ویژگی های لباس پوشاندن عیوب انسان است، پس طبق این آیه یکی از وظایف زن و مرد این است که در همه حال، از جمله هنگام گفتگو، عیوب همدیگر را بپوشانند و نادیده بگیرند.

از طرفی رابطه زن و شوهر یک رابطه منحصربه فرد است که در آن عشق و محبت و دلدادگی حاکم است، انسان عاشق نه تنها خطاهای معشوق را نادیده





می‌گیرد بلکه اصلاً خطا و زشتی او را نمی‌بیند. امیرالمؤمنین علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: ”عین المحب عمیة عن معایب المحبوب و اذنه صماء عن قبح مساویه“ (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۴۶۵). چشم عاشق از دیدن عیب‌های معشوق کور و گوش او از شنیدن زشتی بدی‌هایش کر است؛ بنابراین زن و شوهر باید هنگام گوش دادن به سخنان یکدیگر به این نکته توجه داشته باشند که گوینده، از همسرش که مهم‌ترین تکیه‌گاه عاطفی اوست انتظار عیب‌جویی و خرده‌گیری ندارد، بلکه این گفتگو را بهانه‌ای برای تحکیم روابطشان قرار داده است.

در احکام فقهی اسلام، یکی از وظایف مرد این است که اگر همسرش از روی جهل، اشتباهی مرتکب شد او را ببخشد (موسوی خمینی، ۱۳۹۰، ج ۲، ص ۳۰۳). در مواردی که خطای همسر قابل‌اغماض و چشم‌پوشی نیست، باید همچون مشاوره دلسوز راهنمایی و انتقادی محترمانه داشته باشد. امام سجاد (علیه‌السلام) می‌فرماید:

”اما حق المستشير فإن حضرک له وجه رأى جهدت له فى النصيحة واشرت عليه بما تعلم أنك لو كنت مكانه عملت به و ذلك لیکن منک فى رحمه و لین؛ فإن اللین یونس الوحشه وإن الغلظ یوحش موضع الانس وإن لم یحضرک له رأى وعرفت له من تثق برایه وترضى به لنفسک؛ دللته علیه و ارشده الیه فکنت لم تاله خیرا و لم تدخره نصحا“ (حرانی، ۱۳۶۳، ص ۲۶۹)؛ اما حق کسی که از تو مشورت می‌خواهد؛ پس اگر نظر خوبی داری که برای او مفید باشد، در نصیحت و راهنمایی او کوتاهی نکن و راهی را پیش پای او بگذار که اگر خودت جای او بودی همان راه را می‌رفتی و با نرمی و خوش‌زبانی با او صحبت کن زیرا نرم سخن گفتن و مهربانی وحشت و ترس را تبدیل به انس و الفت می‌کند درحالی‌که غلظت و تندى انس و محبت را مبدل به ترس و وحشت می‌سازد و اگر چیزی به ذهنت نرسید تا او را راهنمایی کنی و کسی را می‌شناختی که خود به او اعتماد داشته و حاضر بودی به رأى و نظرش عمل کنی او را به‌سوی همان شخص راهنمایی کن و

در این صورت است که در مشورت دادن کوتاهی ننموده‌ای و راه صحیح و درست را از او پنهان نداشته‌ای.

۲- آفات شنودگی

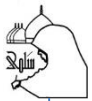
شنونده علاوه بر اینکه باید مهارت خوب گوش دادن را کسب کند، باید آفات و آسیب‌هایی را که متوجه شنونده است بشناسد و از آن دوری کند؛ ازین رو در این فصل مهم‌ترین آفاتی که متوجه شنونده است بیان خواهد شد.

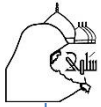
۲-۱- عدم رازداری

رازداری از فضیلت‌های اخلاقی است که دین اسلام به آن تأکید فراوان دارد؛ چنانکه خداوند متعال در قرآن کریم، خود را به این صفت چنین ستوده است: **”عَالِمُ الْغَيْبِ فَلَا يَظْهَرُ عَلَىٰ غَيْبِهِ أَحَدًا“** (جن، ۲۶). او دانای غیب عالم است و هیچ‌کس را بر غیب خود آگاه نمی‌کند.

در مقابل، عدم رازداری یکی از رذایل اخلاقی است. عدم رازداری گاهی به این صورت است که انسان اسرار مگوی خود را فاش کند و گاهی به این شکل است که اسرار دیگران را فاش نماید، حال اگر در فرآیند گفتگو، گوینده امور خصوصی و اسرارش را با طرف مقابل در میان گذاشت - فارغ از اینکه این کارش صحیح بوده است یا نه - شنونده نباید سخن او را پیش دیگران نقل کند و یا رازش را فاش نماید.

در آموزه‌های اسلامی، افشای راز دیگران یکی از مصادیق خیانت کردن است. رسول خدا (صلی‌الله‌علیه‌و‌آله) می‌فرماید: **”المجالس بالامانة، افشاء سرّ أخیک خیانة فاجتنب“** (محمدی ری‌شهری، ۱۴۱۶ ه ق، ج ۱، ص ۳۹۸). جلسات (گفتگو و مشاوره) امانت هستند و فاش کردن راز برادرت خیانت است. امانت گاهی از جنس کالاست؛ مثلاً شخصی جوهری را نزد دیگری به امانت بگذارد تا





برایش حفظ کند و گاهی از جنس کالا نیست؛ مانند اینکه فردی رازی را با دیگری در میان بگذارد و از او بخواهد آن را در سینه خود حفظ کند و فاش ننماید که در هر دو صورت حفظ امانت واجب و خیانت در امانت حرام است.

افشای راز و نقل سخنان خصوصی اشخاص برای دیگران، از مصادیق غیبت بوده و حرام است. رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می‌فرمایند: «الْغَيْبَةُ ذِكْرُ أَخَاكَ بِمَا يَكْرَهُ» (حر عاملی، بی تا، ج ۸، ص ۵۹۹). غیبت آن است که از برادرت چیزی بگویی که خوش ندارد. در روابط همسران علاوه بر توجه داشتن به نکات بالا، توجه به این نکته هم ضروری است که عدم رازداری زن یا شوهر، سبب بی‌اعتمادی طرف مقابل و اجتناب او از گفتگو خواهد شد، در این صورت یکی از مهم‌ترین عوامل ارتباطی زن و شوهر که سبب استحکام پیوند زناشویی ایشان می‌شود از بین خواهد رفت؛ بنابراین زن و شوهر باید دقت داشته باشند، صحبت‌هایی که بین شان ردوبدل می‌شود، مانند جواهراتی است که باید آن را مخفی نگه‌دارند و نزد هرکسی نشان ندهند.

۲-۲- سوءظن

یکی دیگر از آفات متوجه شنونده، سوءظن او نسبت به کلام گوینده است؛ به این معنا که شنونده کلام گوینده را حمل بر معنای منفی کند و نسبت به او گمان بد داشته باشد؛ مثلاً در روابط زن و شوهر، طرفین ابراز محبت دیگری را حمل کند به اینکه این رفتار تملّقی برای سودجویی و رسیدن به اهداف از پیش تعیین شده است.

سوءظن از ردایل اخلاقی است که اگر در رفتار و گفتار فرد بروز یابد، می‌تواند مقدمه‌ی محرمتی چون تجسس و غیبت شود؛ چنانکه خداوند متعال در قرآن کریم قبل از نهی از تجسس و غیبت، از سوءظن نهی فرموده است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ



بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيْحِبُّ أَحَدَكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ " (حجرات، ۱۲). ای کسانی که ایمان دارید، از بسیاری گمان‌ها بپرهیزید که بعضی گمان‌ها گناه است و نیز هرگز (از حال درونی هم) تجسس نکنید و غیبت یکدیگر نکنید آیا کسی از شما دوست دارد که گوشت برادر مرده خود را بخورد البته از خوردن آن نفرت و کراهت دارید (پس بدانید که صورت واقعی غیبت مؤمن چنین است) و از خدا پروا داشته باشید که خدا توبه پذیر و مهربان است.

هرچند در این آیه، خداوند متعال بعضی از گمان‌ها را گناه می‌داند "إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ" ولی می‌فرماید: "اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ" از بسیاری از گمان‌ها اجتناب کنید مبدا رفتار سوءظنی که مقدمه حرام است شوید. از دیگر مفاسد سوءظنی که در رفتار و کردار زن یا شوهر ظهور و بروز یابد، این است که باعث از بین رفتن انس و الفت میان آن‌ها می‌شود؛ چنانکه امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) می‌فرماید: "مَنْ غَلَبَ عَلَيْهِ سُوءُ الظَّنِّ لَمْ يَتْرَكَ بَيْنَهُ وَبَيْنَ خَلِيلٍ صُلْحًا" (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۶۵۰). هر کس بدگمانی بر او غلبه کند هر گونه صلح و صفا بین او و دوستانش از بین می‌رود. سوءظن سبب ایجاد کدورت و دشمنی بین طرفین می‌شود، حضرت می‌فرماید: "سُوءُ الظَّنِّ يَفْسِدُ الْأُمُورَ وَيَبْعَثُ عَلَى الشَّرِّورِ" (همان، ص ۳۹۹). بدگمانی درباره مردم کارها را درهم می‌ریزد و بدی‌ها را برمی‌انگیزد و مردم را به بدی‌ها و زشتی‌ها وامی‌دارد. ۱۴۲

بدگمانی سبب گوشه‌گیری و عدم آرامش فرد نیز می‌گردد. همسرانی که صحبت‌های یکدیگر را با بدگمانی گوش می‌دهند، نمی‌توانند گفتگویی صمیمانه و لذت‌بخش داشته باشند و نه تنها مایه آرامش یکدیگر نخواهند بود، بلکه مایه ترس و نگرانی هم خواهند شد. حضرت علی (علیه السلام) می‌فرماید: "مَنْ لَمْ يَحْسِنْ

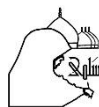
ظَنَّهُ اسْتَوْحَشَ مِنْ كُلِّ أَحَدٍ ” (همان، ص ۶۶۰). کسی که بدبین است از همه وحشت دارد.

زن یا مردی که نسبت به همسرش بدبین است نمی‌تواند از او انتظار محبت داشته باشد. امام هادی علیه اسلام می‌فرماید: "لَا تَطْلُبِ الصِّفَا مَمَّنْ كَدَّرْتَ عَلَيْهِ، وَلَا النَّصِيحَ مَمَّنْ صَرَفْتَ سُوءَ ظَنِّكَ إِلَيْهِ، فَإِنَّمَا قَلْبٌ غَيْرُكَ لَكَ كَقَلْبِكَ لَهُ" (مجلسی، ۱۴۰۳ ه ق، ج ۷۴، ص ۱۸۱). از کسی که مکدرش کرده‌ای صفا مجوی و از کسی که تیر بدگمانی‌ات را به او نشانه رفته‌ای خیرخواهی و صداقت نخواه؛ زیرا دل دیگری با تو همچون دل توست با او. در نتیجه اگر صفا و محبت بین زن و شوهر نباشد نمی‌توانند مایه آرامش یکدیگر شوند و مهم‌ترین هدف ازدواج تحقق نمی‌یابد.

۲-۳- سرزنش کردن

گاهی اوقات هدف زن یا شوهر از گفتگو، درد دل کردن باهمسر و در میان گذاشتن خطاهای سرزده و اتفاقات روزانه، با اوست. در این مواقع اگر زن یا شوهر در مقام شنونده باشد باید دقت کند که مبادا به جای همدلی کردن و راهنمایی خیرخواهانه و صمیمانه، زبان به ملامت و سرزنش شخص مقابل بگشاید.

سرزنش کردن، سخن توبیخ آمیز گفتن به کسی و بازخواست کردن او در برابر لغزشی است که از او سرزده است. این رفتار در آموزه‌های دینی اسلام حرام است و از گناهان بزرگ شمرده می‌شود (مظاهری، بی‌تا، ص ۳۹۳، م ۷۸)؛ و به سرزنش کنندگان هشدار داده شده که اگر با نیت تحقیر کسی را به خاطر خطایی سرزنش کنند، خود نیز به آن خطا گرفتار خواهند شد؛ چنانکه امام صادق (علیه‌السلام) می‌فرماید: "مَنْ عَيَّرَ مُؤْمِنًا بِذَنْبٍ لَمْ يَمُتْ حَتَّى يَرْتَكِبَهُ" (حر عاملی، بی‌تا، ج ۲، ص ۳۵۶). هر کس مؤمنی را بر انجام دادن گناهی سرزنش کند، نمی‌میرد تا آن که خود آن گناه را مرتکب شود. در جای دیگری می‌فرماید: "مَنْ أُنِّبَ مُؤْمِنًا أُنِّبَهُ"





اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ" (همان). هر کس مؤمنی را سرزنش کند، خداوند او را در دنیا و آخرت سرزنش کند. سرزنش کردن علاوه بر عواقب سوء بالا برای خود شخص سرزنش کننده، تأثیرات مخربی نیز در روابط زناشویی او دارد، از جمله:

۲-۳-۱- ایجاد جراحت روحی

امام هادی (علیه السلام) می‌فرماید: "الْعِتَابُ مِفْتَاحُ الثَّقَالِ" (مجلسی، ۱۴۰۳ ه ق، ج ۷۸، ص ۳۶۹). سرزنش کلید آزار است. سرزنش کردن باعث دل‌شکستگی و آسیب روحی شخص مقابل می‌گردد، امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) می‌فرماید: "التَّقْرِيعُ أَشَدُّ مِنْ مَضَضِ الضَّرْبِ" (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۷۶). سرزنش شدن از درد کتک خوردن بدتر است. شاید آثار آسیب و جراحت جسمی پس از مدتی از بین برود، اما اگر جراحتی در قلب و روح انسان پدید آید مدت‌ها اثرش باقی می‌ماند به‌خصوص اگر این جراحت از ناحیه کسی باشد که انسان از او انتظار مهربانی کردن را دارد نه زخم زدن.

۲-۳-۲- عامل کینه‌توزی

اثر مخرب دیگر سرزنش کردن کینه‌توزی است. امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) می‌فرماید: "كَثْرَةُ التَّقْرِيعِ تُوَغِّرُ الْقُلُوبَ وَ تُوَحِّشُ الْأَصْحَابَ" (همان، ص ۵۲۶). سرزنش بسیار، دل‌ها را کینه‌توز می‌کند و یاران را می‌پراکند. زن یا شوهری که دائماً مورد سرزنش دیگری قرار می‌گیرد، کینه همسر را به دل گرفته و همیشه رفتارهای او را رصد می‌کند تا نقطه‌ضعفی بیاید و رفتار متقابلی داشته باشد. اگر روابط زن و مرد به این مرحله برسد، پایه‌های زندگی‌شان سست خواهد شد، زیرا زن و شوهر باید برای استحکام پایه‌های زندگی‌شان بکوشند تا عیب‌های یکدیگر را بپوشانند و اصلاح کنند، نه اینکه منتظر باشند تا خطایی از دیگری سر بزند و او را به خاطر این موضوع سرزنش کنند.

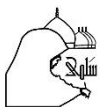
۲-۳-۳- عامل لجاجت

سرزنش زیاد سبب لجبازی طرف مقابل می‌گردد، امیرالمؤمنین علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: " الْأَفْرَاطُ فِي الْمَلَأَمَةِ يَشُبُّ نِيرَانَ اللَّجَاجِ " (حرانی، ۱۳۶۳، ص ۸۴). زیاده روی در سرزنش کردن، آتش لجاجت را شعله‌ور می‌سازد. شخصی که مورد ملامت و سرزنش قرار می‌گیرد برای انتقام گرفتن از سرزنش کننده، به خطای خودش اصرار می‌ورزد هرچند می‌داند که کارش خطاست؛ چنانکه حضرت در حدیث دیگری می‌فرماید: "إِيَّاكَ أَنْ تُكْرِرَ الْعُتْبَ فَإِنَّ ذَلِكَ يَغْرِي بِالذَّنْبِ وَيَهْوِنُ الْعُتْبَ " (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۲۵۹). بپرهیز از این‌که پی‌درپی سرزنش کنی چراکه این کار، بر گناه جرئت می‌دهد و سرزنش را بی‌اثر می‌سازد.

۲-۳-۴- شکسته شدن حرمت‌ها

سرزنش بسیار سبب خدشه‌دار شدن عزت و کرامتِ نفسِ شخص سرزنش شونده می‌شود و اگر شخصی عزت و احترامش از بین برود، برای دیگران هم حرمتی قائل نخواهد بود؛ چنانکه از امام هادی (علیه‌السلام) روایت کرده‌اند: "مَنْ هَانَتْ عَلَيْهِ نَفْسُهُ فَلَا تَأْمَنُ شَرَّهُ" (حرانی، ۱۳۶۳، ص ۴۸۳). هر کس خودش در نظرش بی‌مقدار باشد، از شر او ایمن نباش. وقتی حرمت‌ها بین زن و شوهر شکسته شود، مودت و رحمت از آن خانه رخت خواهد بست.

در نتیجه، همسران باید به عواقب سوء سرزنش بیجا و مداوم توجه داشته باشند و به‌جای انتقادات گزنده و مستقیم، یکدیگر را با مهربانی و محترمانه و به‌طور غیرمستقیم ارشاد و موعظه کنند؛ چنانکه امام صادق (علیه‌السلام) فرمودند: "كونوا دعاء الناس به غير ألسنتكم" (حر عاملی، بی‌تا، ج ۲، ص ۷۸). با غیر زبان‌هایتان مردم را دعوت کنید.



۳- راه کارهای تقویت مهارت گوش دادن

مهم ترین مهارت ها و آسیب های گوش دادن گذشت، حال مهم ترین راهکارهای تقویت مهارت گوش دادن بیان خواهد شد:

۳-۱- مراقبه

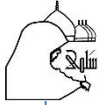
انسان باید در طول روز، واردات گوشش را مراقبت کند و به هر چیزی گوش نکند. اگر انسان در شنیدن، حدود و مرزهای الهی را رعایت نکند و به هر چیزی گوش فرا دهد، دلش زنگار خواهد بست و گوش او که مهم ترین ابزار الهی در پند گرفتن و هدایت اوست خاصیت خود را از دست خواهد داد، چنین انسانی مصداق این آیه شریفه خواهد بود: " وَلَهُمْ آذَانٌ لَّا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ " (اعراف، ۱۷۹)؛ و گوش هایی دارند که با آن ها نمی شنوند آنان همانند چهارپایان بلکه همراه ترند آری آن ها همان غافلانند.

لازم است که انسان حدود و محرمات گوش را بشناسد و خود را در معرض آن ها قرار ندهد، امام صادق (علیه السلام) می فرمایند: " فَرَضَ عَلَى السَّمْعِ أَنْ يَتَنَزَّهَ عَنِ الْإِسْتِمَاعِ إِلَى مَا حَرَّمَ اللَّهُ وَ أَنْ يَعْرِضَ عَمَّا لَا يَجِلُّ لَهُ مِمَّا نَهَى اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ عَنْهُ وَ الْإِصْغَاءِ إِلَى مَا أَسْخَطَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ " (مغربی، ۱۳۸۵، ج ۱، ص ۵)؛ بر گوش واجب شده است که از گوش دادن به آنچه خداوند حرام کرده دوری کند، از آنچه خداوند عزّ و جلّ نهی کرده و شنیدنش بر آن حلال نیست اعراض کند و به آنچه خداوند عزّ و جلّ را ناخشنود و خشمگین می کند گوش ندهد. از این رو مهم ترین گناهان گوش معرفی می شود:

گوش دادن به غنا و موسیقی

امام جواد (علیه السلام) می فرمایند: " مَنْ أَصَغَى إِلَيَّ نَاطِقٍ فَقَدْ عَبَدَهُ فَإِنْ كَانَ النَّاطِقُ عَنِ اللَّهِ فَقَدْ عَبَدَ اللَّهَ وَ إِنْ كَانَ النَّاطِقُ يَنْطِقُ عَنْ لِسَانِ إبْلِيسَ فَقَدْ عَبَدَ





إبلیسَ " (حرانی، ۱۳۶۳، ص ۴۵۶). هر کس به سخن سخنرانی گوش دهد، او را پرستش کرده است پس اگر او از خدا سخن بگوید خدا را پرستیده است و اگر از زبان ابلیس سخن بگوید ابلیس را عبادت کرده است.

یکی از مصادیق گوش دادن به سخن ابلیس، گوش دادن به غنا است که از گناهان کبیره است. "غنا" به معنی آوازه‌خوانی با کیفیت خاصی است که مناسب مجالس لهو و خوش‌گذرانی و فساد باشد. خواندن و شنیدن آواز با این مشخصات حرام است. (بنی هاشمی خمینی، بی‌تا، ج ۲، ص ۹۶۳).

خداوند متعال می‌فرماید: "وَاجْتَنِبُوا قَوْلَ الزُّورِ" (حج، ۳۰). از قول باطل بپرهیزید. امام صادق (علیه‌السلام) در تفسیر این آیه فرمودند: منظور از قول الزور، غناست. (حر عاملی، بی‌تا، ج ۱۲، ص ۲۳۷).

روایت شده شخصی خدمت امام صادق (علیه‌السلام) رسید و گفت: پدر و مادرم فدای تو، در همسایگی ما اشخاصی زندگی می‌کنند که کنیزان آوازه‌خوان دارند و اغلب در خانه‌شان بساط ساز و آواز برپاست، دستشویی خانه‌ی ما نیز طوری قرار گرفته که صدای ساز و آواز آن‌ها به گوش می‌رسد و چه بسیار می‌شود که من نشستن در دستشویی را طول می‌دهم تا آواز آن‌ها را بشنوم. این عمل (از نظر شرعی) چه طور است؟ حضرت فرمود: این کار را مکن. آن شخص گفت: به خدا قسم من هرگز به سراغ آن‌ها نرفته‌ام و نمی‌روم، بلکه فقط صدای ایشان را می‌شنوم! حضرت فرمود: مگر کلام خدا را نشنیده‌ای که می‌فرماید: «ان السمع و البصر و الفؤاد کل اولئک کان عنه مسئولاً»؛ یعنی همه‌ی شما روزی درباره‌ی گوش و چشم و دل خود مورد بازخواست قرار خواهید گرفت و نسبت به آنچه شنیده‌اید و دیده‌اید و یا نسبت به آن دل بسته‌اید باید حساب پس دهید! (حر عاملی، بی‌تا، ج ۲، ص ۹۵۷).



گوش دادن به موسیقی به خودی خود حرام نیست بلکه گوش دادن به موسیقی مطرب که مناسب مجالس لهو و خوشگذرانی و فساد باشد، حرام است. موسیقی مطرب و لهوی آن است که به سبب ویژگی هائی که دارد انسان را از خداوند متعال و فضائل اخلاقی دور نموده و به سمت بی بند و باری و گناه سوق دهد و مرجع تشخیص موضوع عرف است. (بنی هاشمی خمینی، بی تا، ج ۲، ص ۹۶۳).

گوش دادن به غیبت

غیبت یکی از گناهان کبیره است (دستغیب، ۱۳۸۳، ج ۲، ص ۲۷۲). خداوند متعال در قرآن کریم این عمل ناپسند را به خوردن گوشت مرده تشبیه نموده است (حجرات، ۱۲).

با توجه به آنچه از سخنان معصومین (علیهم السلام) برداشت می شود، حقیقت غیبت افشاء عیوب پنهان اشخاص نزد دیگران است؛ چنانکه امام صادق (علیه السلام) می فرماید: " الغیبةُ أن تقول فی اخیک ما ستره الله علیه " (حر عاملی، بی تا، ج ۸، ص ۶۰۴). غیبت آن است که درباره ی برادر مسلمان چیزی بگویی که خداوند آن را بر او مستور داشته است.

شنیدن غیبت هم مثل غیبت کردن حرام است. امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) می فرماید: " سامعُ الغیبَةِ أحدُ المُغتَابِینِ " (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ه ق، ص ۸۶). شنونده غیبت، دومین غیبت کننده است، چه بسا گناه شنونده بیش از گوینده باشد؛ زیرا تا شنونده ای نباشد غیبتی صورت نخواهد گرفت، علاوه بر این شنونده می تواند گوینده را از ادامه غیبت بازدارد و اگر چنین کاری نکند علاوه بر ارتکاب گناه غیبت، مرتکب گناه ترک نهی از منکر نیز می شود؛ چنانکه رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می فرماید: " مَنْ أَعْتَبَ عِنْدَهُ أَخُوهُ الْمُسْلِمُ، فَاسْتَطَاعَ نَصْرَهُ فَلَمْ يَنْصُرْهُ، خَذَلَهُ اللَّهُ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ " (صدوق، ۱۳۶۳، ج ۴، ص ۳۷۲). هرگاه در حضور کسی از برادر مسلمانش غیبت شود و او بتواند یاری اش دهد اما به یاری

او برنخیزد، خداوند در دنیا و آخرت تنهایش گذارد. یاری کردن به معنای دفاع کردن از شخص غایب و گفتن خوبی‌های او و جلوگیری از غیبت اوست.

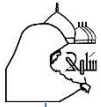
گوش دادن به صدای نامحرم

یکی از گناهان گوش، گوش کردن صدای نامحرم با قصد تَلَذُّذ و ریبه است. ریبه در اصطلاح فقهی به خوف وقوع در حرام، بیم فروافتادن در فتنه و به آنچه در ارتباط با نامحرم، در ذهن خطور می‌کند از میل به بوسیدن، در آغوش گرفتن و مانند آن، تفسیر شده است. (طباطبایی حکیم، بی‌تا، ج ۱۴، ص ۲۹).

استراق سمع

استراق سمع، یعنی گوش کردن سخن دیگران به‌طور پنهانی. از آیات قرآن برداشت می‌شود چنین عملی از مشخصه‌های شیاطین است: **"إِنَّا زَيْنَا السَّمَاءِ الدُّنْيَا بِزَيْنَةِ الْكُوكَبِ، وَحِفْظًا مِّنْ كُلِّ شَيْطَانٍ مَّارِدٍ، لَا يَسْمَعُونَ إِلَى الْمَلَأِ الْأَعْلَىٰ وَيُقَذِّفُونَ مِّنْ كُلِّ جَانِبٍ"** (حجرات، ۷-۹). ما آسمان فرودین را به زینت ستارگان بیاراستیم و از هر شیطان نافرمان نگه داشتیم تا سخن ساکنان عالم بالا را نشنوند و از هر سوی رانده شوند.

رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می‌فرماید: **"مَنْ اسْتَمَعَ إِلَىٰ حَدِيثِ قَوْمٍ وَهُمْ لَهُ كَارِهُونَ يَصِبُ فِي أُذُنِهِ الْأَنكَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ"** (حر عاملی، بی‌تا، ج ۱۲، ص ۲۲۱). اگر کسی به سخن گروهی بدون رضایت آن‌ها گوش دهد در روز قیامت در دو گوش وی سرب داغ ریخته می‌شود. همچنین استراق سمع یکی از مصادیق تجسس است که خداوند متعال در قرآن کریم (رک: حجرات، ۱۲) از آن نهی فرموده و حرام است (موسوی خمینی، ۱۳۹۰، ج ۲، ص ۵۰۲).



۳-۲- گوش دادن به قرآن

یکی دیگر از راهکارهای تقویت مهارت شنیدن، گوش دادن به تلاوت آیات قرآن است؛ زیرا اولاً طبق دستور خداوند، باید در هنگام تلاوت قرآن سکوت کرد: "وَ إِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَ أُنصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ" (اعراف، ۲۰۴)؛ و همین سکوت کردن تمرینی است تا انسان در هنگام شنیدن سخنان دیگران نیز سکوت کند و کلام ایشان را قطع نکند. ثانیاً، گوش دادن به قرآن همراه با تدبر و توجه در آیات؛ چنانکه سفارش به تدبر شده: "أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ" (نساء، ۸۲). تمرینی است تا انسان هنگام گوش دادن به سخن دیگران نیز توجه داشته باشد.

۳-۳- توجه به رفتار خود

پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) می فرماید: "مَا كَرِهَتْهُ لِنَفْسِكَ فَاکْرَهْ لِغَیْرِکَ وَ مَا أَحَبَبَتْهُ لِنَفْسِكَ فَأَحْبِبْهُ لِأَخِیکَ تَکُنْ عَادِلًا فِی حُکْمِکَ مُقْسِطًا فِی عَدْلِکَ" (حرانی، ۱۳۶۳، ص ۱۴). آنچه را که برای خود نمی پسندی برای دیگری نیز می پسند و آنچه برای خود دوست داری برای برادرت هم دوست بدار تا در قضاوت عادل باشی و در عدالتت دادگر.

از این حدیث می توان برداشت کرد یکی از راههای تقویت مهارت گوش دادن، این است که انسان توجه کند، اگر خودش در مقام گوینده باشد، دوست دارد شنونده نسبت به کلام او چه واکنشی از خود نشان دهد؛ بنابراین پیشنهاد می شود فرد یک متن سخنرانی آماده کرده و آن را بخواند و صدایش را ضبط کند سپس در مقابل آینه ایستاده و تصویر خودش را ببیند و به صدای ضبط شده گوش دهد و واکنش متناسب با محتوا نشان دهد. این تمرین باعث می شود که فرد بتواند در فرایند گفتگو به عنوان شنونده، واکنش مناسبی از خود نشان دهد.



نتیجه

خداوند متعال برای تمام زندگی و رفتارهای انسان برنامه دارد. یکی از رفتارهای انسان گوش دادن است که در گزاره‌های دینی، آموزه‌هایی در جهت تنظیم و تقویت مهارت گوش دادن ارائه شده است. آنچه از آموزه‌های دینی برداشت می‌شود این است که سکوت کردن در هنگام سخن گفتن دیگری، توجه کردن، واکنش نشان دادن در برابر کلام گوینده و چشم‌پوشی از خطاهای او، از جمله مهم‌ترین مهارت‌های گوش دادن در شخص شنونده است و زن و شوهر نیز برای اینکه گفتگویی سازنده و لذت‌بخش داشته باشند باید به این نکات توجه کنند. طبق گزاره‌های دینی علاوه بر شناخت و به کار بستن مهارت‌های گوش دادن، شنونده باید آفات گوش دادن از جمله عدم رازداری، سوءظن و سرزنش کردن را بشناسد و از آن بپرهیزد. همچنین برای تقویت مهارت گوش دادن مراقبه، گوش دادن به قرآن و قرار دادن خود در موقعیت دیگران، مؤثر خواهد بود.

منابع

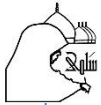
قرآن

نهج البلاغه

منابع فارسی

- ۱- اصولی، احسان؛ بنی هاشمی خمینی، محمد حسن (بی‌تا). رساله توضیح المسائل امام خمینی و مراجع، قم: انتشارات اسلامی.
- ۲- شیری، زهره (۱۳۸۷). مهارت گفتگو برای همسران، تهران: سازمان بهزیستی.

منابع عربی



- ۱- تمیمی آمدی، عبدالواحد (۱۴۱۰). غررالحکم و درر الکلم (چاپ دوم) قم: دارالکتاب اسلامی.
- ۲- حرانی، ابو محمد (۱۳۶۳). تحف العقول (چاپ دوم). قم: جامعه مدرسین.
- ۳- دستغیب، عبدالحسین (۱۳۸۳). گناهان کبیره (چاپ هجدهم). قم: اسلامی.
- ۴- صدوق، محمد (۱۳۶۳). من لا یحضره الفقیه (چاپ دوم). قم: جامعه مدرسین.
- ۵- الطباطبائی الحکیم، محسن (بی تا). مستمسک العروة الوثقی، بیروت: احیاء التراث العربی.
- ۶- الطبرسی، رضی الدین ابی نصر الحسن بن الفضل (۱۹۷۲ م). مکارم الاخلاق، بیروت: مؤسسه الأعلمی للمطبوعات.
- ۷- العاملی، محمد بن الحسن الحر، (بی تا). وسایل الشیعه، بیروت: دار حیاء التراث العربی.
- ۸- قمی، شاذان (بی تا). الفضایل، بی جا: الرضی.
- ۹- کلینی، محمد (۱۳۶۵). کافی (چاپ چهارم). تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- ۱۰- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳). بحار الانوار (چاپ دوم). بیروت: مؤسسه الوفاء.
- ۱۱- محمدی ری شهری، محمد (۱۴۱۶). میزان الحکمه (چاپ اول). قم: دارالحديث.
- ۱۲- مغربی، نعمان (۱۳۸۵). دعائم الاسلام (چاپ دوم). قم: مؤسسه آل البيت.
- ۱۳- موسوی خمینی، روح الله (۱۳۹۰). تحریر الوسیله (چاپ دوم). نجف: مطبعه الآداب.



نرم افزار

- مظاهری، حسین، رساله توضیح المسائل، نرم افزار رسائل