

نقش فرزندآوری در سلامت معنوی والدین با تکیه بر آیات و روایات

✍ معصومه هلاکو^۱

doi 10.61186/QAE.2021.388

✍ حمیدرضا سروریان^۲

چکیده

اشتغال انسان مدرن و صنعتی به زندگی مادی، موجب تغییر سبک زندگی او شده است؛ به گونه‌ای که از برخی نیازهای اساسی خود که ارتباط مستقیم با سلامت روح و جسم او دارد غافل است. گسترش فرهنگ فردگرایی و اصالت لذت، موجب شده است افراد از روی آوردن به تولید نسل و تربیت آن سر باز زنند یا به آن اهمیت چندانی ندهند. با توجه به اهمیت سبک زندگی اسلامی در این پژوهش به این سؤال پاسخ می‌دهیم که اهمیت فرزندآوری در آیات و روایت چیست و چه نقشی در زندگی شخص می‌تواند داشته باشد. پژوهش حاضر به روش تحلیلی و استنباطی، برگرفته از آیات و روایات و یافته‌های علمی می‌باشد. در پژوهش حاضر درمی‌یابیم که دین اسلام با رویکردی مثبت، به فرزندآوری توجه کرده است و با یادآوری مزیت‌های دنیوی و اخروی و ارائه دستورهایی ظریف در جهت فرزندآوری، پیروان خود را به استقبال از این امر خجسته تشویق می‌کند. فرزندآوری با توجه به ایجاد آثاری، همانند برقراری رابطهٔ مودت و رحمت میان والدین، تثبیت بنیان خانواده، شادی‌آفرینی فرزند در خانواده، داشتن احساس ثمرهٔ والدین در زندگی، زیاده‌شدن برکت و روزی و ایجاد احساس امنیت روانی در دورهٔ کهن‌سالی موجب سلامت معنوی والدین می‌شود.

واژگان کلیدی: فرزندآوری، اهمیت فرزندآوری، آثار فرزندآوری، سلامت معنوی، آیات، روایات.

۱. کارشناس ارشد علوم حدیث (گرایش نهج‌البلاغه)، دانشگاه حضرت معصومه علیها السلام قم (نویسنده مسئول)،

masumeh.halakoo2017@gmail.com

۲. دانشیار گروه علوم قرآن و حدیث دانشگاه حضرت معصومه علیها السلام قم، sarvarianhr@yahoo.com

با بررسی آیات و روایات درمی‌یابیم که فرزندآوری در اسلام جایگاه ویژه‌ای دارد؛ چراکه دستورات ظریفی در رابطه با فرزند و فرزندآوری از بدو و حتی قبل تولد (زمانی که در رحم مادر است) و حتی مرحله قبل‌تر از آن ارائه کرده است (مکارم شیرازی، ۱۳۸۳: ۲۳۴).

از آنجایی که فرزندآوری مسئولیتی مهم و وظیفه‌ای دینی و امانتی الهی برای والدین به‌شمار می‌رود دارای مزیت‌های فراوانی است که ابعاد مختلف زندگی والدین را تحت تأثیر قرار می‌دهد. در این پژوهش، بُعد سلامت معنوی حاصل از فرزندآوری والدین بررسی می‌شود؛ چراکه سلامت معنوی از مؤلفه‌های مهم در زندگی والدین محسوب می‌شود. امام علی (علیه السلام) در کلامی می‌فرماید: «لَا عَيْشَ أَهْنًا مِّنَ الْعَافِيَةِ» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۷۸۱)؛ برای انسان آسایشی گوارتر از عافیت و سلامتی نیست.

پژوهش حاضر درصدد است رابطه فرزندآوری با سلامت معنوی والدین را که نقش مهمی در زندگی آن دو دارد را با توجه به آموزه‌های قرآنی و روایی بررسی کند.

از جهت پیشینه پژوهش، تحقیقاتی نوشته شده است؛ از جمله آن‌ها کتاب مهارت‌های زندگی ویژه متأهلین تألیف علی‌احمد پناهی که در قالب پرسش و پاسخ به برخی از آثار فرزندآوری از منظر دین و روان‌شناسی اشاره می‌کند. در مقاله «آثار فرزندآوری با تأکید آیات و روایات در سبک زندگی اسلامی» نیز نویسنده به آثار فرزندآوری و تربیت فرزند می‌پردازد. همچنین می‌توان به مقالات «ثمرات پنج‌گانه فرزندآوری برای والدین»، «اهمیت فرزندآوری و تربیت از دیدگاه اسلام»، «بررسی نقش و اهمیت فرزندآوری و جمعیت در اسلام» و... اشاره کرد. در هریک از این پژوهش‌ها نویسندگان با نگاه متفاوتی به مسئله فرزندآوری پرداخته‌اند. آنچه در این پژوهش به‌صورت ویژه به آن پرداخته شده است نقش فرزندآوری در سلامت معنوی والدین است و پژوهشی مستقل در این مسئله یافت نشد.

۱. اهمیت فرزندآوری

فرزندآوری از مباحث مهم در متون دینی است که مستقیم یا غیرمستقیم به آن توجه شده است. قرآن کریم می‌فرماید: ﴿جَعَلَ لَكُم مِّنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا وَ [...] يَذُرُكُمْ فِيهِ﴾ (شوری، ۱۱)؛ «و از جنس شما همسرانی برای شما قرار داد و شما را به این وسیله [به وسیله همسران] زیاد می‌کند.» این از نشانه‌های بزرگ تدبیر پروردگار و ولایت اوست که برای انسان همسرانی از جنس خودش آفریده است که نه تنها مایه آرامش روح و جان هم هستند؛ بلکه مایه بقا و تکثیر نسل و تداوم حیات بشری هستند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۳۶۵).

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرمایند: «لَا يَدْعُ أَحَدُكُمْ طَلَبَ الْوَلَدِ فَإِنَّ الرَّجُلَ إِذَا مَاتَ وَ لَيْسَ لَهُ وَلَدٌ انْقَطَعَ اسْمُهُ» (السلفی، بی‌تا: ۲۱۰)؛ نباید هیچ‌یک از شما فرزندخواهی را واگذارد؛ چراکه وقتی انسان بمیرد و فرزندی نداشته باشد از نام و آوازه می‌افتد. در این حدیث به صراحت به فرزندآوری توصیه شده است.

پژوهش‌ها و تحقیق‌های صورت گرفته در عصر حاضر نیز در زمینه فرزندآوری بیانگر این اهمیت هستند. بر اساس تحقیقات به عمل آمده در ایران خانواده‌های بی‌فرزند بیشتر از خانواده‌های دارای فرزند در معرض نابودی و تزلزل بنیان خانواده قرار دارند؛ زیرا نبود فرزند در خانواده باعث بی‌میلی و دلسردی والدین به زندگی مشترک می‌شود (پناهی، ۱۳۹۲: ۱۹۰).

از همین رو برخی اندیشمندان نیز معتقدند که زناشویی بدون فرزند، پژمردگی است و پس از آوردن فرزند کانون زندگی به شکوفایی می‌رسد؛ بلکه پس از بچه‌دار شدن، زندگی معنای حقیقی به خود می‌گیرد و خانه به وسیله فرزند، پُر از خنده و نشاط می‌شود. امام صادق (ع) می‌فرمایند: «اللهم لاتدرونی فردا وحيدا وحشا؛ فیقصر شکری عن تفکری؛ بل هب لی أنسا و عاقبة صدق ذکورا و إناثا أسکن إلیهم من الوحشة و أنس بهم من الوحدة و أشکرک علی تمام النعم» (کلینی، ۱۴۰۷: ۳۴۶)؛ خدایا! مرا تنها و وحشت‌زده مگذار تا سپاسگزاریم از تدبیرم کمتر شود؛ بلکه محل انس و جانشینی درست از پسران و دختران را به من ببخش که از وحشت، به اینان انس گیرم و از وحدت با آنان، آرامش یابم و به‌هنگام کامل شدن نعمت، تو را سپاس گویم.

امام سجاد (علیه السلام) در اهمیت فرزند می‌فرمایند: «نعم الشی الولد؛ إن عاش فدعاء حاضر و إن مات فشفیع سابق» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۲۳)؛ بچه چیز خوبی است؛ اگر زنده باشد دعای حاضر است و اگر فوت کرد شفاعت کننده‌ای است که زودتر رفته است.

حضور فرزند در خانواده در زمینه‌های مختلف زندگی والدین نقش آفرینی می‌کند؛ بدین جهت در این بحث به تأثیر فرزندآوری در حوزه سلامت جسم می‌پردازیم. بارداری یک فرایند شادی‌آفرین و از لذت‌بخش‌ترین دوران‌های زندگی یک زن محسوب می‌شود (بنیاد پژوهش‌های قرآنی حوزه و دانشگاه، بی‌تا: ۶۰۱). همچنین بارداری آثار فراوانی برای زن دارد؛ از جمله دانش پزشکی روز و روان‌شناسی قدیم و مدرن به این موضوع قائل‌اند که غدد زنانه بدن به واسطه بارداری و وضع حمل و شیردهی فعال شده و باعث می‌شود این غدد به‌طور صحیح و مناسب فعالیت کنند؛ به همین دلیل است که برخی دختران که قبل از ازدواج چندان زیبایی خاصی نداشته‌اند بعد از ازدواج بسیار زیباتر و دلپسندتر شده‌اند و دخترانی که از لحاظ جسمی دچار ضعف و لاغری بوده‌اند بعد از ازدواج قدرتمند شده‌اند (آقائی، ۱۳۹۵: ۱۲۵).

این در حالی است که سال‌های اخیر در راستای فعالیت‌های گسترده جریان‌های فمینیستی در غرب و به موازات آن ساخت فیلم‌ها و سریال‌ها و انتشار مجله‌های مُد و زیبایی و تبلیغات گسترده رسانه‌ها، زنان لاغراندام به‌عنوان الگوهای جدیدی از مُد و زیبایی و جذابیت در سطح جهانی مطرح شده‌اند. از این رو نفوذ فرهنگ غرب با معرفی الگوهای جدید موجب شده بسیاری از زنان و دختران به این الگوها متمایل شوند و در پی این برآیند به هر قیمتی شده اندامی کشیده و استخوانی، به‌سبک الگوهای جدیدی که رسانه‌های غربی تبلیغ می‌کنند داشته باشند. ایجاد این نگرش جدید در میان دختران و زنان درباره بدن و زیبایی از مسائلی است که با بارداری و فرزندآوری در متون دینی و اسلامی مغایرت دارد؛ برای مثال خداوند متعال در قرآن در آیه‌ای به‌طور مستقیم به فرزندآوری توصیه کرده و می‌فرماید: ﴿نِسْأَوْكُم حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ﴾ (بقره، ۲۲۳)؛ «(زنان شما محل بذرافشانی شما هستند؛ پس هر زمان که بخواهید می‌توانید با آن‌ها آمیزش کنید؛ و [سعی کنید از این فرصت بهره گرفته و با پرورش فرزندان صالح] اثر نیکی برای خود از پیش بفرستید.» همچنین در روایات شاهد اهمیت برجسته این موضوع هستیم؛ برای نمونه پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) در این زمینه می‌فرماید: «تَنَاقَحُوا تَنَاسَلُوا تَكْتَرُوا؛ فَإِنِّي أَبَاهِي بِكُمْ

الْأُمَمَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَ لَوْ بِالسَّقَطِ» (شعیری، بی تا: ۱۰۱)؛ ازدواج کنید و فرزندان خود را افزایش دهید؛ زیرا من در روز قیامت به شما و حتی به بچه‌های سقط‌شده بر سایر امت‌ها افتخار می‌کنم». در عین ارزشمندی فرزندآوری در متون دینی، نفوذ نگرش‌های مادی‌گرایانه و تاثیر آن بر اندیشه برخی زنان موجب شده که آن‌ها با ترس از به‌هم‌ریختن تناسب‌اندام در دوره بارداری از فرزندآوری و شیردهی خودداری کنند (شفیعی سروستانی، ۱۳۹۲: ۲۵ تا ۴۴).

«تحقیقات نشان می‌دهد زنانی که چهار فرزند یا بیشتر به دنیا آورده‌اند نسبت به زنانی که در دوران زندگی خود زایمان نداشته‌اند کمتر در معرض خطر مرگ ناشی از بیماری‌های قلبی و عروقی قرار دارند.» (محمدی لائی، ۱۳۹۳: ۷۳ تا ۶۲).

افزون بر این، بر اساس آخرین مدارک و آمار، دخترانی که قبل از هجده‌سالگی بارداری و زایمان را تجربه کنند سرطان پستان نمی‌گیرند و در مقابل، هرچه دیرتر زایمان را تجربه کنند احتمال سرطان پستان در آن‌ها بیشتر می‌شود. همچنین زنانی که زایمان آن‌ها از سی‌سالگی بگذرد خطر سرطان پستان در آن‌ها بیشتر از دیگران است؛ اما زنانی که اصلاً ازدواج نکنند و بچه نیاورند، ابتلا به سرطان پستان در آن‌ها سرسام‌آور است (حسینی طهرانی، بی تا: ۱۷۷).

با توجه به مطالب ذکرشده معلوم می‌شود که بارداری و فرزندآوری جزء امور ارزشمندی است که ورای آن سلامتی زنان نهفته است؛ زیرا مادر بعد از گذراندن دوره بارداری و زایمان با شیردهی نیز مواجه هست که این امر نیز اثرات بسیار زیادی دارد؛ برای نمونه شیردهی در درازمدت میزان بروز شکستگی مفصل ران، ابتلا به دیابت، سرطان رحم، سرطان تخمدان و سرطان سینه را در مادران شیرده کاهش داده و توانایی آنان برای سازگاری با ایفای نقش مادری را افزایش می‌دهد؛ زیرا به دلیل تماس‌های مکرر فرزند با مادر در فرایند شیردهی ارتباط عاطفی بی‌ظنری بین مادر و فرزند ایجاد می‌شود و مادر به احساس آرامش و رضایت می‌رسد و همین امر، در آینده سد محکمی در بروز مشکلات روحی و عاطفی بین آن دو شده و موجب می‌شود مادر و فرزند وضع روحی و عاطفی بهتری داشته باشند. (گردانی، ۱۳۹۵: ۲۸).

بدین ترتیب زنان باید این نکته را بدانند که رمز سلامتی جسم و روح آن‌ها در بارداری و زایمان و شیردهی است. علاوه بر این با انجام ورزش‌ها و نرمش‌های پس از زایمان می‌توانند در جهت حفظ زیبایی و سلامتی اندام خود مؤثر باشند (شفیعی سروسستانی، ۱۳۹۲: ۳۵) و از ثوابی که بارداری و شیردهی دارد بهره‌مند شوند و با الگوگیری از سیره معصومان علیهم‌السلام در امر فرزندآوری بکوشند؛ زیرا در نگرش آن‌ها فرزندآوری مسئله مهمی است؛ همان‌طور که حضرت زهرا علیها‌السلام در زندگی خود با امام علی علیه‌السلام پنج فرزند با نام‌های حسن، حسین، محسن، زینب و ام‌کلثوم علیهم‌السلام داشتند (شوبکلانی، بی‌تا: ۶۱).

امام علی علیه‌السلام در کلامی زنان را به چهار دسته تقسیم می‌کنند که دسته‌ای از آن‌ها را اهل زندگی معرفی کرده و می‌فرمایند: «النساء أربع؛ جامع مجمع و ربیع مربع و کرب مقمع و غل قمل» (کلینی، ۱۴۰۷: ۳۲۲)؛ زنان چهار دسته‌اند: [...] فرزندى در آغوش و فرزندى در شکم دارند [...].

حضرت در روایتی دیگر در اهمیت بارداری، زایمان و شیردهی می‌فرمایند: «ذكر رسول الله صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم الجهاد؛ فقالت امرأة لرسول الله صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم: يا رسول الله، فما للنساء من هذا شيء؟ فقال بلى للمرأة ما بين حملها إلى وضعها إلى فطامها من الأجر كالمرباط فى سبيل الله؛ فإن هلك فيما بين ذلك كان لها مثل منزلة الشهيد» (ابن بابویه، ۱۴۱۳: ۵۶۱)؛ روزی پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم درباره جهاد سخن می‌گفتند که زنی به آن بزرگوار عرض نمود: ای رسول خدا، پس برای زنان از این جهاد بهره‌ای نیست؟ فرمودند: بلى. برای زن در فاصله بارداری تا وضع حمل و بعد از شیر گرفتن طفل پاداشی، همانند پاداش مجاهدی است که در مرز، در راه خدا، به مرزبانی مشغول است و اگر در این فاصله جان بدهد برای او، همانند مقام شهید خواهد بود.

پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم در اهمیت فرزندآوری می‌فرمایند: «إن خير نساؤكم الولود الودود العفيفة العزیزة فى أهلها الذلیلة مع بعلمها المتبرجة مع زوجها الحصان على غیره» (کلینی، ۱۴۰۷: ۳۲۴)؛ همانا بهترین زنان شما زنانی هستند که فرزندآور، مهربان، عقیف، عزیز در میان خانواده، متواضع در مقابل شوهر، زینت‌کننده برای همسر و خودنگهدار در مقابل غیر اوست.

پس فرزندآوری امر پسندیده‌ای است که بانوان باید از مزیت‌های آن غافل نشوند؛ زیرا علاوه بر تأثیرات مثبت بی‌شمار دنیوی که برای زن حاصل می‌شود آثار معنوی، مطابق با مضامین آیات و روایات، نیز به دنبال دارد. امام علی علیه السلام می‌فرماید: «إِذَا مَاتَ الْإِنْسَانُ انْقَطَعَ عَنْهُ عَمَلُهُ إِلَّا مِنْ ثَلَاثٍ: صَدَقَةٌ جَارِيَةٌ وَ عِلْمٌ كَانَ عَلَيْهِ النَّاسُ فَاتْتَفَعُوا بِهِ وَ وَلَدٌ صَالِحٌ يَدْعُو لَهُ» (ابن‌ابی‌الحدید، ۱۴۰۴: ۲۵۸)؛ اگر انسان بمیرد عملش قطع شود؛ مگر از سه چیز: صدقه جاری که به جا گذاشته و علمی که به دیگران آموخته و از آن سود بردند و فرزند صالحی که برایش دعا کند.

۲. فرزندآوری و سلامت معنوی

مذکر و مؤنث بودن شامل همه موجودات می‌شود. خداوند متعال می‌فرماید: ﴿وَمِنْ كُلِّ شَيْءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ﴾ (ذاریات، ۴۹)؛ «و از هر چیز دو زوج آفریدیم؛ شاید که متذکر شوید.» هدف از این اختلاف، بقای نوع در انسان است و هدف دیگر از آفریدن هم‌جنس این است که هرکدام از زن و مرد در کنار یکدیگر موجب آرامش دیگری شوند. خداوند متعال می‌فرماید: ﴿هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَجَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا﴾ (اعراف، ۱۸۹)؛ «او خدایی است که شما را از نفس واحدی آفرید و همسرش را نیز از جنس او قرار داد تا در کنار او تسکین یابد.»

آفرینش همسر از جنس خود، از آیات الهی است که هدف از آن، آرامش و برقراری رابطه مودّت و رحمت است. خداوند متعال در این باره می‌فرماید: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً﴾ (روم، ۲۱)؛ «و از نشانه‌های او اینکه همسرانی از جنس خود شما، برای شما آفرید تا در کنار آن‌ها آرامش یابید و در میان‌تان مودّت و رحمت قرار داد.» آیه شریفه، همسر را مایه آرامش قرار داده و البته خود این آرامش در سایه مودّت و رحمتی است که خداوند در دل آن‌ها قرار می‌دهد تا یکدیگر را دوست بدارند و همدیگر را تکمیل کنند.

آرامش به‌دست‌آمده از انتخاب همسر در تمامی جوانب روحی، جسمی، فردی و اجتماعی است. غریزه جنسی غریزه‌ای طبیعی در وجود انسان بوده که خداوند برای بقای نسل در وجود انسان قرار داده است. تنها برآورده کردن آن از راه طبیعی (ازدواج) است که سبب آرامش می‌شود. برآورده نکردن یا برآورده کردن نامشروع آن، پیامدهای ناگواری به

دنبال دارد که تشویش روانی، نمونه‌ای از آن پیامدهاست. بیماری‌هایی که به‌جهت ترک ازدواج برای جسم و روح انسان پیش می‌آید انکارناپذیر است. اگر ازدواج با تمام شرایط آن که اسلام قرار داده است انجام گیرد قطعاً موجب آرامش زن و مرد می‌شود و در مقابل، ازدواج نکردن یا ازدواج نامناسب یا رابطه‌های جنسی نامشروع، موجب اضطراب روانی خواهند شد.

علت آرامش زوج این است که آن‌ها مکمل و مایه شکوفایی و نشاط و پرورش یکدیگر می‌باشند؛ به‌طوری که هریک بدون دیگری ناقص است و طبیعی است که میان یک موجود و مکمل وجود او چنین جاذبه نیرومندی وجود داشته باشد. همین امر موجب می‌شود زوجین در سایه ازدواج، شخصیت تازه‌ای در خود پیدا کنند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۳۹۱).

حال که روشن شد هدف از ازدواج بقای نوع و آرامش است به بررسی نقش فرزند در این آرامش می‌پردازیم. از آنجا که تقویت و استمرار این آرامش نیازمند عوامل گوناگونی است از متون دینی و تجربه بشری می‌توان فهمید فرزندی که متعلق به پدر و مادر است و هر دو در آفرینش او نقش دارند یکی از عوامل تقویت و استمرار این آرامش است. قرآن کریم می‌فرماید: «وَالْبُنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا» (کهف، ۴۶)؛ «فرزند زینت زندگی دنیاست». آری. فرزندان زینت‌بخش حیات دنیایی هستند و همانند شکوفه‌ها و گل‌هایی می‌باشند که بر شاخه‌های درخت زندگی آشکار می‌شوند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴: ۴۴۷).

زن و مرد در سایه ازدواج با نگاه به فرزندان خوب و شایسته خود از جنبه‌های متعدد به آرامش می‌رسند؛ فرزند شایسته، پشتوانه آن‌ها هنگام نیازمندی و تنهایی در دنیاست و حتی هنگامی که به فرزند نیاز ندارند؛ مانند دوره کودکی فرزند که پدر و مادر با هم کلام شدن با او و با رفتارهای معصومانه‌اش به آرامش روانی می‌رسند و در دوره پیری پدر و مادر، فرزند مددکار آن‌ها است و حتی بعد از مرگ آن‌ها، با اعمال شایسته خود می‌تواند موجب آرامش روانی آن‌ها شود؛ البته بخشی از این آرامش به تلاش پدر و مادر در تربیت فرزند در سنین خاص ارتباط دارد.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز در کلامی فرزندان را همچون گل دانسته و می‌فرماید: «الولد للوالد ريحانة من الله» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۹۸)؛ فرزند برای پدر گلی خوش‌بو از جانب

خداست. از این روایت استفاده می‌شود فرزند هدیه‌ای از جانب خداست و روشن است هر چه از جانب اوست خیر و رحمت و مایه آرامش است؛ چنان‌که در قرآن کریم آمده است که دل‌ها تنها با یاد خدا آرام می‌گیرد (رعد، ۲۸). فرزند هم از جانب خداست و موجب یاد خدا می‌شود. تفکر انسان در تولد فرزند، محبت او به مادر و پدر و بالعکس، محبت دیگران به او و رفتارهای زیبای او، همه یادآور یاد خداست که موجب آرامش می‌شود. نکته درخور توجه در این روایت تعبیر ریحانه است. «ریحانه» در لغت به معنای گیاهی خوش‌بو است که در زمین نرم می‌روید (دهخدا، ۱۳۷۳: ۱۰۹۸۰). گل، جز زیبایی ندارد و مایه آرامش انسان است؛ به‌ویژه گلی که منشأ آفرینش و زیبایی آن خداوند متعال باشد. انسان متفکر، هر لحظه با نگاه به گل هدیه‌شده از طرف خداوند و بوییدن آن به آرامش می‌رسد؛ البته تمام این معارف در نظام معرفتی توحیدی تحلیل‌پذیر و روشن است. در مقابل کسی که از خداوند شناخت کاملی ندارد نمی‌تواند این هدیه الهی را درک کند و با بینش مادی، فرزند را مانعی در بهره‌گیری خود از لذت‌های بیشتر مادی می‌بیند؛ لذا خود را از این موهبت الهی محروم می‌کند.

با ذکر این مقدمه حال به ذکر مواردی از تأثیر فرزندآوری بر سلامت روان می‌پردازیم:

۱، ۲. احساس امنیت به تداوم بنیان خانواده

فرزندآوری، به‌عنوان بارزترین محصول پیوند مقدس ازدواج، در تحکیم و تثبیت خانواده نقش ممتازی ایفا می‌کند؛ چون فرزند موجودی است که وجود مشترک والدین را در خود دارد و این امر موجب می‌شود پدر و مادر با توجه به حضور فرزند در زندگی، چشم خود را بر روی برخی ناملايمات بسته و آن را نادیده بگیرند؛ علاوه بر این، وجود فرزند در کانون گرم خانواده از بروز ناسازگاری‌ها و طلاق که موجب فروپاشی بنیان خانواده است مانع می‌شود (علوی نژاد، ۱۳۸۶: ۱۱۹).

بر اساس تحقیقات به‌عمل آمده، نداشتن فرزند یکی از بارزترین علل طلاق است؛ زیرا نبود فرزند در زندگی خلأ ایجاد می‌کند و همین امر، بذریعۀ علائقی و تضاد را در زندگی می‌پاشد و به‌مرور پایه‌های زندگی را سست می‌کند و منجر به طلاق می‌شود (پناهی، ۱۳۹۲: ۱۹۰ و ۱۹۱).

داشتن فرزند در زندگی مشترک می‌تواند عامل استحکام‌بخش به بنیان خانواده و باعث ارتباط محکم و عمیق‌تری بین پدر و مادر باشد؛ به‌خصوص در دنیایی که تکیه بر محسوس است؛ زیرا فرزند موجودی است که وجود خارجی و ملموس دارد و می‌تواند خاطر والدین را به خویش معطوف کند (علوی نژاد، ۱۳۸۶: ۱۲۰) و همانند سپر حمایتی مانع بروز برخی اختلاف‌ها و ناپایداری‌ها در زندگی زوجین شود و سلامت روان را برای آنان به ارمغان آورد. در مقابل عقیم‌بودن و ناکامی در تکثیر نسل، به‌ویژه در صورت اشتیاق وافر زوجین به فرزند، در بسیاری از موارد فروغ مهر و صفا را در روابط زناشویی تضعیف و پیوندهای متقابل را سست می‌کند (بستان نجفی، ۱۳۸۳: ۲۱؛ نقل در: شرف‌الدین الموسوی، ۱۳۹۵: ۱۶۶). امام علی علیه السلام در کلامی می‌فرماید: «فقد الولد محرق الکبد» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۴۸۲)؛ فرزندداشتن جگر را می‌سوزاند.

پس فرزند، به‌ویژه فرزند خردسال، نقش برجسته‌ای در استحکام‌بخشی به پیوند بین پدر و مادر دارد و نداشتن فرزند و حتی فرزند کم باعث گسست و تزلزل بنیان خانواده می‌شود. در سال‌های ۱۹۵۱ و ۱۹۵۲ نیمی از خانواده‌هایی که در ایالت آیووا در ایالات متحده آمریکا قربانی طلاق شدند کسانی بودند که فرزند کوچک نداشتند (پناهی، ۱۳۹۲: ۱۹۱). بدین سبب است که در روایات، فردی خوشبخت خوانده می‌شود که فرزند داشته باشد. امام کاظم علیه السلام در کلامی می‌فرماید: «سعد امرؤ لم یتم حتی یری خلفاً من نفسه» (کلینی، ۱۴۰۷: ۴)؛ کسی خوشبخت است که نمیرد تا جانشینی از [نسل] خود را ببیند.

۲.۲. احساس لذت و شادی

شادی و لذت نیز از موضوعات موردتوجه در اسلام هستند؛ چراکه شادی موجب گسترده‌گی روح و برانگیخته‌شدن نشاط در انسان می‌شود و تحرک، پویایی و سرزندگی روحی و روانی را برای انسان به ارمغان می‌آورد. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «السرور یسط النفس و یشیر النشاط» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ج ۱، ۴۲۸)؛ شادی، روح را باز و نشاط را برمی‌انگیزد. در نگرش اسلام، فرزندآوری از جمله مسائل مهمی است که پیروان خود را به استقبال از این پدیده الهی فراخوانده است.

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرمایند: «اطلبوا الولد و التمسوه؛ فإنه قرة العين و ریحانة القلب» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۸۴)؛ فرزند بخواهید و آن را طلب کنید؛ چرا که مایهٔ روشنی چشم و شادی قلب است. همچنین در روایتی دیگر، ضمن آگاهی از وجود گرایش زیادوستی در سرشت انسان، به فرزندآوری عنایت کرده و می‌فرمایند: «دعوا الحسنة العاقر و تزوجوا السوداء الولود» (پاینده، بی‌تا: ۴۸۳)؛ زن زیبای نازا را رها کنید و با زنان زشت فرزندزا ازدواج کنید. این روایات اهمیت والای فرزندآوری را نشان می‌دهد؛ زیرا حضور فرزند در خانواده به سبب گرمایی که به زندگی والدین می‌بخشد لذت زندگی را در کام آن‌ها دوجندان و فضای خانه را سرشار از امید و نشاط می‌کند که این امر سلامت و آرامش روح و روان را برای والدین به ارمغان می‌آورد (تفیبی و صدر طباطبایی، ۱۳۹۴: ۱۴۸).

امام علی علیه السلام در روایتی داشتن فرزند صالح را مایهٔ انس و آرامش والدین دانسته و می‌فرمایند: «الانس فی ثلاثه: الزوجه الموافقه و الولد الصالح و الأخ الموافق» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۴۰۵)؛ انس و آرامش در سه چیز است: همسری که با شوهرش توافق داشته باشد و فرزندی که صالح باشد و برادری که همراه انسان باشد.

آرامش حقیقی زندگی با وجود فرزند صالح تقویت می‌شود و زندگی را دل‌چسب و معنادار می‌کند. پژوهش‌ها نیز حکایتگر این هستند که اولین ملاقات زوجین با فرزند سالم خود در بدو تولد از کم‌نظیرترین عوامل شادی‌آفرین در دوران زندگی آن‌ها محسوب می‌شود؛ زیرا خطابِ مادر و پدر به زن و مردی که صاحب فرزند می‌شوند زندگی را برای آن‌ها لذت‌بخش‌تر و معنادارتر و زیباتر از قبل می‌کند. بعدها نیز با دیدن فعالیت‌های شیرین و دل‌انگیز فرزند و شنیدن الفاظ «مامان» و «بابا» از فرزند، کم‌نظیرترین لحظات را برای آن‌ها به ارمغان می‌آورد که آن را قابل‌مقایسه با هیچ چیز نمی‌دانند؛ از این‌روست که آن‌ها از حضور فرزند در زندگی احساس شادمانی و لذت می‌کنند که این امر نشاط و سلامت روان آن‌ها را به دنبال خواهد داشت (پناهی، ۱۳۹۲: ۱۹۷).

۳،۲. احساس مفید و سرزندگی

فرزند یکی از شاداب‌ترین و شیرین‌ترین ثمرات زندگی هدفمند زوجینی است که با عشق و محبت در کنار هم قرار گرفته‌اند. حضور فرزند در زندگی زوجین عشق و پابندی و احساس مسئولیت در زندگی مشترک و امیدواری به آینده را در آن‌ها افزایش می‌دهد؛

افزون بر این احساس مفید بودن، مؤثر بودن، ارزشمندی و عزت نفس نیز تقویت می‌شود. پیامبر ﷺ می‌فرماید: «ما ولد فی اهل بیت غلام الا اصبح فیه عزم لم یکن» (محمدی ری شهری، ۱۳۸۵: ۲۰)؛ در هیچ خانواده‌ای پسری زاده نشده، مگر آنکه عزتی یافتند که پیش از آن نداشتند؛ زیرا فرزند را ثمره وجود خود می‌دانند و خود مشترک را در آینه وجود فرزند نظاره می‌کنند (صفورایی پاریزی، ۱۳۸۹: ۶۳).

پیامبر اکرم ﷺ می‌فرماید: «إِنَّ لَکُلِّ شَجَرَةٍ ثَمَرَةً وَ ثَمَرَةُ الْقَلْبِ الْوَلَدُ» (پاینده، بی‌تا: ۳۳۳)؛ هر درختی، میوه‌ای دارد و میوه دل، فرزند است.

تجربه نیز نشان می‌دهد که حضور فرزند در محیط خانه مایه دل‌گرمی و شادکامی و روشنایی زندگی والدین است؛ چراکه از ثمره وجود خود به فرزند بخشیده‌اند و از دیدن فرزند احساس مفید بودن به آن‌ها دست می‌دهد که این امر سلامت روحی والدین را به دنبال خواهد داشت. پیامبر اکرم ﷺ در کلامی دیگر می‌فرماید: «اطلبوا الولد و التمسوه؛ فإنه قرة العین و ریحانة القلب» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۸۴)؛ فرزند بخواهید و آن را طلب کنید؛ چراکه مایه روشنی چشم و شادی قلب است.

۲، ۴. احساس امنیت اقتصادی

یکی از مهم‌ترین ابعاد زندگی انسان‌ها بُعد اقتصادی و معیشتی است. امروزه تأمین نیازهای ضروری زندگی مشترک و هزینه‌های فرزندان، از قبیل خوراک و پوشاک و مسکن موجب شده است برخی زوجین از پذیرش مسئولیت فرزندآوری سر باز زنند؛ زیرا بر این باورند که برآورده نشدن خواسته‌های فرزندان در آینده، زمینه اختلاف زن و شوهر را فراهم می‌کند. این امر موجب می‌شود که آن‌ها از حضور فرزندان در زندگی دل‌سرد شوند و از فرزندآوری اجتناب کنند که این امر با مسئله اقتصادی و درآمد سرپرست خانواده رابطه مستقیم دارد (ویسی، بی‌تا: ۱۲۹ تا ۱۲۸).

در صورتی که دین اسلام فرزندآوری را نه تنها باعث بروز مشکلات معیشتی در خانواده نمی‌داند؛ بلکه توسعه روزی را پس از حضور فرزند در خانواده، به واسطه برکت همراه آن، تضمین کرده است (سبحانی‌نیا، ۱۳۹۲: ۴۲)؛ همان‌طور که خداوند در قرآن، فرزندگشی (عمل ناستوده عرب جاهلی) را به علت ناتوانی در فراهم‌سازی هزینه زندگی فرزندان، منطقی غلط بیان می‌کند و می‌فرماید: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَوْلَادَكُمْ خَشْيَةَ إِمْلَاقٍ نَحْنُ نَرْزُقُهُمْ وَ

إِيَّاكُمْ» (إسراء، ۳۱)؛ «فرزندان تان را از ترس فقر نکشید! ما شما و آن‌ها را روزی می‌دهیم.» بدین معنا که این شما نیستید که روزی فرزندان تان را فراهم می‌کنید؛ بلکه خداوند متعال است که روزی آن‌ها و خود شما را می‌دهد؛ پس چرا می‌ترسید و از ترس آن‌ها را به دست خود از بین می‌برید؟! (طباطبایی و موسوی همدانی، بی‌تا: ۵۱۶).

امام علی علیه السلام نیز در این زمینه می‌فرماید: «کلکم عیال الله و الله سبحانه کافل عیاله» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۵۳۹)؛ همه شما خانواده‌خدايید و خداوند سبحان هم ضامن روزی خانواده خویش است.

بکرین صالح، از اصحاب امام کاظم علیه السلام، درباره فرزندآوری نامه‌ای به امام نوشت: «اجتنبت طلب الولد منذ خمس سنين و ذلك أن أهلي كرهت ذلك و قالت إنه يشتد على تربيتهم لقلة الشيء فما ترى؛ فكتب عليه السلام إلى اطلب الولد فإن الله عزوجل يرزقهم» (کلینی، ۱۴۰۷: ج ۶، ۳)؛ پنج سال است که از طلب بچه خودداری کرده‌ام و این بدان سبب است که همسر از این کار ناخشنود است و می‌گوید تربیت و نگهداری فرزندان به‌علت کمبود مالی مشکل است. نظر شما چیست؟ امام در پاسخ به من نوشت: در پی فرزند باش؛ زیرا خداوند روزی آن‌ها را می‌دهد. امام صادق علیه السلام در کلامی می‌فرماید: «الرزق مع النساء و العیال» (کلینی، ۱۴۰۷: ۳۳۰)؛ روزی همراه زن و فرزندان است.

همچنین در نظر اسلام فرزند نعمتی الهی و مایه برکت است که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «بیت لاصبيان فيه لابرکة فيه» (پاینده، بی‌تا: ۳۷۴)؛ خانه‌ای که فرزند در آن نباشد، برکت هم در آن نیست. «برکت عبارت است از: فراوانی، فزونی، رونق، نیک‌بختی و سعادت؛ در این تعریف برکت شامل مجموعه‌ای از هیجان‌ها، اندیشه‌ها، رفتارها و احساس‌هایی است که به‌طور وسیع با سلامت و بهداشت روان خانواده در ارتباط هستند؛ لذا هرچه قدر فرزندان بیشتر باشند خیر و برکت نیز افزایش پیدا می‌کند.» (پناهی، ۱۳۹۲: ۱۹۸).

۲.۵. احساس امنیت روان در مورد دوره کهن سالی

از برجسته‌ترین سنت‌های آفرینش الهی حفظ و بقای نوع بشر در گره خاکی است و به همین سبب، هر انسانی به اقتضای آفرینش خود، به شدت علاقه‌مند به بقا و ادامه حیات خویش است؛ به همین دلیل زوجین فرزندآوری و حضور فرزندان در زندگی مشترک را

جزء وجود و ادامه رشتۀ هستی خویش می‌دانند (جمعی از نویسندگان، ۱۳۷۸: ۱۹)؛ علاوه بر این، فرزند را مایۀ آرامش و وسیلۀ رستگاری و خوشبختی خود می‌دانند و برای رشد فرزندان دشواری‌های وارده از حضور فرزندان را به دوش می‌کشند؛ زیرا فرزندان مزیت‌های دنیوی و اخروی فراوانی به همراه دارند؛ به همین سبب زوجینی که قادر به فرزندآوری نیستند از این خلأ (نبود فرزند) در زندگی رنج می‌برند. قرآن نیز بیانگر این مطلب است و در آن آمده که سالیان درازی از عمر زکریا می‌گذشت؛ ولی فرزنددار نمی‌شد و در آرزوی فرزند بود تا اینکه خداوند را خطاب قرار داد: ﴿وَزَكَرِيَا إِذْ نَادَىٰ رَبَّهُ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا﴾ (انبیاء، ۸۹)؛ «و زکریا را [به یاد آور] در آن هنگام که پروردگارش را خواند [و عرض کرد]: "پروردگار من! مرا تنها مگذار [و فرزند برومندی به من عطا کن]"».

تحقیقات نیز نشان می‌دهد میزان زوج‌هایی که در جهان از نداشتن فرزند رنج می‌برند بسیار درخور توجه است. این افراد تحمل تنهایی را ندارند، مدام در خود احساس نیازی توأم با فشار برای داشتن فرزند دارند، اعتمادبه‌نفس خود را از دست داده و گاه‌وبی‌گاه احساس اندوه و ناکامی و... می‌کنند (پناهی، ۱۳۹۲: ۱۹۲). تصدیق این سخن را در سیرۀ عملی حضرت ابراهیم علیه السلام به‌صراحت مشاهده می‌کنیم که از نداشتن فرزند اندوهگین بودند که این امر ایشان را واداشت تا از خداوند درخواست کنند: ﴿رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ﴾ (صافات، ۱۰۰)؛ «پروردگارا! به من از صالحان [فرزندان صالح] ببخش» و هنگامی که از این اندوه رهایی پیدا می‌کند شکر الهی را بجا آورده و می‌فرماید: ﴿الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْمَاعِيلَ وَإِسْحَاقَ﴾ (ابراهیم، ۳۹)؛ «حمد خدای را که در پیری، اسماعیل و اسحاق را به من بخشید».

عشق و محبت به فرزند از نیازهای درونی انسان است. امید به زندگی، عزت نفس در زوجین را تقویت می‌کند و آن‌ها را از ناکامی می‌رهاند و انتظارات و نیازهای آن‌ها را در طول زندگی، به‌ویژه در دورۀ کهن‌سالی، برطرف می‌کند؛ به همین جهت است که ائمۀ اطهار علیهم السلام داشتن فرزند برای انسان را مایۀ یاری تلقی می‌کنند؛ برای مثال امام حسن عسکری علیه السلام می‌فرماید: «فنعلم العضد الولد» (مجلسی، ۱۴۰۳: ۱۶۲)؛ فرزندانی چه خوب بازو و کمک کاری هستند. این روایت به‌صراحت به موضوع مدرسانی فرزندان به والدین اشاره دارد. والدین که در دورۀ کهن‌سالی به‌شدت نیازمند یاری فرزندان می‌شوند،

فرزندداشتن برای آن‌ها نقطه‌قوتی محسوب می‌شود و این امر سلامت روحی و معنوی را برایشان به ارمغان می‌آورد.

نتیجه‌گیری

فرزندآوری از مباحث حائز اهمیت در متون دینی است که با ادبیات گوناگون (مستقیم و غیرمستقیم) به آن توجه شده است. از آیات و روایات استفاده می‌شود که فرزندآوری آثار فراوان دارد که از مهمترین آن تأثیرش در سلامت انسان است. برخی از مهمترین آثار مؤثر در سلامت انسان که در آیات و روایات به آن اشاره شده است عبارت است از:

۱. برقراری رابطهٔ مودّت و رحمت که اثر آن در جسم و روان انسان مشاهده می‌شود؛
۲. زینت‌بودن فرزند در زندگی دنیا تا جایی که در روایت، فرزند برای پدر، همچون گل دانسته شده و گل نیز موجب سلامت جسم و روان است؛
۳. تثبیت بنیان خانواده که مانع فروپاشی بنیان خانواده با طلاق شده و فرزند به‌عنوان جانشین پدر و مادر محسوب می‌شود؛
۴. شادی‌آفرینی فرزند که موجب انس انسان، البته با قید فرزند صالح، می‌شود؛
۵. احساس داشتن ثمره در زندگی که موجب شادی قلب و سلامت است؛
۶. عاملی در برکت و زیادشدن روزی؛ برخلاف نگرش مادی‌گرایانه؛
۷. ایجاد احساس امنیت روانی برای دورهٔ کهن‌سالی.

فهرست منابع

* قرآن کریم، ترجمه ناصر مکارم شیرازی.

۱. ابن ابی الحدید، عبد الحمید بن هبة الله، ۱۴۰۴، شرح نهج البلاغة ابن ابی الحدید، به تصحیح محمد ابوالفضل ابراهیم، ج ۲۰، قم: مکتبة آية الله المرعشی النجفی.
۲. ابن بابویه، محمد بن علی، ۱۴۱۳، من لایحضره الفقیه، ج ۳، به تصحیح علی اکبر غفاری، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۳. آقائی، مهرداد، ۱۳۹۵، «شبهات تحدید نسل و پاسخ های آن از منظر قرآن و روایات»، کارشناسی ارشد، رشته تفسیر اثری، دانشگاه قرآن و حدیث، دانشکده علوم حدیث قم.
۴. بنیاد پژوهشهای قرآنی حوزه و دانشگاه، بی تا، مجموعه مقالات قرآن و طب، ج ۴، مشهد مقدس: مؤسسه انتشاراتی بنیاد پژوهش های قرآنی حوزه و دانشگاه، دانشگاه شاهد.
۵. پاینده، ابوالقاسم، بی تا، نهج الفصاحة (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول ﷺ)، تهران: دنیای دانش.
۶. پسندیده، عباس، ۱۳۹۲، الگوی اسلامی شادکامی، قم: موسسه علمی فرهنگی دار الحدیث، سازمان چاپ و نشر.
۷. پناهی، علی احمد، ۱۳۹۲، مهارت های زندگی ویژه متاهلین، تنظیم و نظارت (نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه ها، معاونت مطالعات راهبردی، اداره مشاوره و پاسخ) قم: دفتر نشر معارف.
۸. تقیعی، سید ابوالقاسم و سید محمدعلی صدر طباطبایی، پاییز ۱۳۹۴، «جایگاه توالد و تناسل در حقوق و اخلاق اسلامی»، اخلاق زیستی، س ۵، ش ۱۷، ص ۱۴۷ تا ۱۶۸.
۹. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، ۱۴۱۰، غرر الحکم و درر الکلم، قم: دار الکتاب الإسلامی.

۱۰. جمعی از نویسندگان، ۱۳۷۸، دانش اجتماعی، ج ۱، قم: سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، نمایندگی ولی فقیه، مرکز تحقیقات اسلامی.
۱۱. حسینی طهرانی، سیدمحمدحسین، بی تا، نور ملکوت قرآن، مشهد مقدس: انتشارات علامه طباطبائی.
۱۲. __، ۱۳۸۷، رساله نکاحیه؛ کاهش جمعیت ضربه ای سهمگین بر پیکر مسلمین (منبع الکترونیکی)، قم: مؤسسه فرهنگی و اطلاع رسانی تبیان.
۱۳. دهخدا، علی اکبر، ۱۳۷۳، لغت نامه دهخدا، ج ۸، تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران.
۱۴. السلفی، حمدی عبدالمجید، بی تا، المعجم الكبير طبرانی، ج ۲۳، القاهرة: دار احیاء التراث العربی، مکتبه ابن تیمیه.
۱۵. شرف الدین الموسوی، معصومه، ۱۳۹۵، «عوامل تحکیم روابط زوجین در قرآن و حدیث با تأکید بر جامعه پاکستان»، کارشناسی ارشد، رشته علوم قرآن و حدیث، دانشگاه جامعه المصطفی العالمیه، مؤسسه آموزش عالی بنت الهدی.
۱۶. شریف الرضی، محمدبن حسین، ۱۴۱۴، نهج البلاغه، قم: هجرت.
۱۷. شعیری، محمدبن محمد، بی تا، جامع الأخبار (لشعیری)، ج ۱، نجف: مطبعة حیدریه.
۱۸. شفیعی سروستانی، ابراهیم، شهریور ۱۳۹۲، «بایسته های تغییر سیاست جمعیتی با تأکید بر نقش رسانه ملی»، معرفت، س ۲۲، ش ۱۸۹، ص ۲۵ تا ۴۴.
۱۹. شوبکلائی، مسلم، ۱۳۹۵، فرزندان آوری در سبک زندگی اسلامی، بی جا: بی نا.
www.takbook.com
۲۰. صفورایی پاریزی، محمدمهدی، مهر ۱۳۸۹، «نقش حقوق در کارآمدی خانواده از دیدگاه اسلام»، معرفت، س ۱۹، ش ۱۵۴، ص ۶۹ تا ۸۲.
۲۱. طباطبائی، سیدمحمدحسین و سیدمحمدباقر موسوی همدانی، بی تا، ترجمه تفسیر

- المیزان، ج ۷، قم: دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین حوزه علمیه.
۲۲. علوی نژاد، سیدحیدر، شهریور ۱۳۸۶، «عوامل استحکام خانواده در فرهنگ قرآنی»، پژوهشهای قرآنی، س ۱۳، ش ۴۹، ص ۱۱۲ تا ۱۲۹.
۲۳. کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۴۰۷، الکافی، ج ۵ و ۶، به تصحیح علی اکبر غفاری و محمد آخوندی، تهران: دار الکتب الإسلامية.
۲۴. گردانی، نسرين، ۱۳۹۵، «ارتباط خودکارآمدی شیردهی با کیفیت زندگی؛ عزت نفس و سلامت عمومی در مادران مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهرستان فلاورجان»، کارشناسی ارشد، رشته پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، دانشکده پرستاری و مامایی.
۲۵. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی، ۱۴۰۳، بحار الأنوار، ج ۵۱ و ۱۰۱، بیروت: دار إحياء التراث العربی.
۲۶. محمدی لائنی، محمدباقر و دیگران، اسفند ۱۳۹۳، «کاهش جمعیت و تأثیر آن بر سلامت فرد و خانواده از دیدگاه اسلام»، دین و سلامت، س ۲، ش ۲، ص ۶۲ تا ۷۳.
۲۷. مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۴، تفسیر نمونه، ج ۱۲ و ۱۶ و ۲۰، تهران: دار الکتب الإسلامية.
۲۸. __، ۱۳۸۳، والاترین بندگان، قم: نسل جوان.
۲۹. ملکوتی نیا، علی، دی و بهمن ۱۳۹۴، «نقش فرزندان در خانواده»، مبلغان، س ۱۷، ش ۱۹۸، ص ۹۰ تا ۹۹.
۳۰. نوری، حسین بن محمد تقی، ۱۴۰۸، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۴، قم: مؤسسة آل البيت علیه السلام.
۳۱. ویسی، غلامرضا، بی تا، آسیب شناسی خانواده و راههای پیشگیری از آن، تهران: سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، نمایندگی ولی فقیه، مرکز تحقیقات اسلامی.