

## بهداشت روان سالمند در قرآن و حدیث

( مقاله پژوهشی )

دکتر فاضل بهرامی<sup>۱</sup>، عباس رضانی فرانی<sup>۲</sup>

### چکیده

**هدف:** هدف از پژوهش حاضر بررسی بهداشت روانی سالمندان در قرآن و حدیث بود. **روش بررسی:** در این پژوهش، مضامین مرتبط با بهداشت روانی سالمندان در قرآن و حدیث شناسایی و با ساختاری آموزشی تدوین گردید در این راستا قرآن کریم و کتب حدیثی با استفاده از نرم افزار حدیثی نور که مشتمل بر ۴۴۲ جلد کتاب حدیثی است با استفاده از روش تحلیل محتوا و کتابخانه‌ای مورد بررسی قرار گرفت. به خاطر دستیابی به نظریات بنیادین دینی مضامین از کتاب قرآن و کتب حدیث که از متون و منابع اصلی دینی است گزینش گردید. **یافته‌ها:** نتایج پژوهش شامل، تعریف سالمندی از نگاه اسلام، معرفی سالمند، جایگاه سالمند، حقوق سالمند، حق والدین سالمند بر فرزندان، حق سالمند بر حکومت، اخلاق، آداب سالمندی، رفتار با سالمند، رفتار با والدین سالمند، «بِر» و احسان و شیوه‌های احسان و «بِر» رفتار معروف و مناسب با والدین، گفتار کریمانه رفتار متواضعانه، صله رحم، نفقه، دعا و شکرگزاری است که در متن مقاله هر کدام به تفصیل بیان شده است. **نتیجه‌گیری:** براساس نتایج به دست آمده در قرآن و حدیث می‌توان نتیجه گرفت بهداشت روانی سالمندان از سه جنبه مورد توجه قرار گرفته است: ۱- سالمند از نگاه عموم مردم- ۲- سالمند از نگاه حکومت- ۳- سالمند از نگاه نقش والدینی آنان.

**کلید واژه‌ها:** سالمند- بهداشت روانی - اسلام- قرآن و حدیث- معنویت

۱- استاد یار دانشگاه علوم  
بهریستی و توانبخشی (نویسنده  
مسئول)  
f\_bahrani@uswr.ac.ir  
۲- کارشناس ارشد روان شناسی  
بالینی

### مقدمه

بهداشت روانی سازمان جهانی بهداشت در سال ۱۳۶۹ در قبرس، پیشنهاد کرده است جهت ارتقاء بهداشت روانی و پیشگیری از اختلالات روانی از مذهب استفاده شده و در همین رابطه کتابچه راهنما تهیه گردد. در پایان اجلاس کشورهای اسلامی شرکت کننده نیز توافق کردند از آموزشهای قرآن کریم برای کمک به تأمین بهداشت روانی مردم در کشورهای اسلامی استفاده نمایند (۴). با توجه به مطالب پیش گفته؛ اهتمام در جهت به کارگیری مضامین مذهبی به منظور ارتقاء بهداشت روانی سالمندان امری ضروری به نظر میرسد؛ و در میان تحقیقات و مطالعات مذهبی که موضوعات مرتبط با سالمندی را به صورت اختصاصی مورد کنکاش و تحقیق قرار داده باشد کمتر به چشم میخورد یا اصلاً ملاحظه نمی

با توجه به رشد روزافزون افراد سالمند در جهان و ایران (۱) و شیوع اختلالات روانی به ویژه افسردگی در بین آنان (۲) و کمبود شدید متخصصان روانپزشکی سالمندی و خدمات ویژه آنان؛ لزوم توجه به منابع بیرونی و درونی سالمند برای مقابله با شرایط پییری احساس می‌شود. در بین شیوه‌های مقابله‌ای که برای حفظ و ارتقاء سلامت روانی سالمندان مطرح است؛ مذهب و به ویژه مذهب درونی، می‌تواند نقش مهمی ایفا نماید (۳)؛ چرا که مذهب میتواند دارای ارزش مثبت در پر کردن فضای خالی زندگی و حمایت از سالمندی؛ مواجهه با استرس، سازگاری با موقعیت و معنادگی زندگی و مرگ داشته باشد (۴) از طرفی اجلاس منطقه‌ای

کودک نیازمند حمایت، توجه و کمک و نیرو در ابعاد عاطفی، اقتصادی، روانی، اجتماعی و... است سالمند نیز نیازمند چنین توجهی است، توجهی همراه با تکریم، توقیر و اجلال که بعداً به آنها اشاره خواهد شد.

#### ب- جایگاه و اهمیت سالمند

ب-۱: معنویت: در منابع اسلامی به جایگاه سالمند و اهمیت او توجه ای ویژه شده به طوری که از پیری به عنوان نور خداوند و برکت خانواده یاد شده است: در روایاتی موی سپید سالمند به نور خداوند تشبیه شده، از جمله: رسول خدا (ص) فرمود: خداوند می فرماید: موی سپید (سالمند) نور من است پس هیچگاه نور خود را با آتش نمی سوزانم. (۶) در روایاتی دیگر وجود سالمند برای جامعه مایه برکت و در بردارنده آثاری مثبت و معنوی دانسته شده از جمله: رسول خدا فرمود: برکت با سالمندان شماسست.. (۷) بحث: درنگاهی اولیه به روایات، پیامی برای پیران و پیامی دیگر برای اطرافیان استنباط می شود. الف): روایات، موی سپید پیر را نور الهی دانسته و به پیران مژده داده شده که نور خداوند در وجود آنان باعث میشود از عذاب الهی دور باشند. پیران، خود موجب نزول برکت به اهل خانواده اند، در خانواده‌های که پیر در آن زندگی میکند فقر از بین می رود، روحیه نشاط و خود شکوفائی در پیر و اطرافیان پدید می آید. با این دیدگاه، هیچگاه پیر خود را سربار و مزاحم خانواده و عنصری غیر مولد نمی داند بلکه همواره روحیه نشاط و امیدواری را به اعضای خانواده تزریق می کند. ب): پیامی که اطرافیان را متوجه خود می سازد اینکه خداوند موی سپید پیر را نور خود دانسته هر چند در دوران پیری خطائی از او سرزند اما به خاطر جایگاه بلند و والای او مورد بخشش خداوند است، آیا اطرافیان به خاطر یک خطا، سالمند را سرزنش می کنند و احیاناً در صدد کینه ورزی با او می باشند یا آن که به خاطر جایگاه والای پیر در نزد خداوند، خطای او را نادیده می گیرند؟

ب-۲: خردمندی: در روایات اسلامی به کمال عقلی سالمند اشاره شده است. در روایتی از امام علی می خوانیم

شود و به ویژه تا کنون کتاب آموزشی که به طور اختصاصی به سلامت روانی سالمند در قرآن و حدیث پرداخته باشد انتشار نیافته است. در این پژوهش، با استفاده از روش تحلیل محتوا و کتابخانه‌های، قرآن کریم و نیز کتب حدیثی، با استفاده از نرم افزارهای حدیثی بررسی و تحلیل گردید، تا در دسترس سالمندان؛ مراکز سالمندی؛ دانشجویان، مربیان و افراد مرتبط با امور سالمندی و نیز علاقمند به مطالعات و پژوهشهای سالمندی قرار گیرد. به خاطر دستیابی به نظریات بنیادین دینی مضامین از کتاب قرآن و کتب حدیث که از متون و منابع اصلی دینی است گزینش گردید.

#### سالمند از نگاه اسلام

#### الف: معرفی سالمند

در قرآن رسیدن به سن پیری، توأم با ضعف و ناتوانی توصیف شده است، همانگونه که ابتدای پیدایش انسان در سن طفولیت و نوزادی در ضعف و ناتوانی است، بعد از توانمند شدن دوباره به سوی رکود قوای جسمانی باز می گردد:

«خداوند، آفریدگاری است که شما را در مرحله آغاز در ناتوانی و ضعف آفرید، پس از مرحله ناتوانی به مرحله نیرومندی رساند، و پس از توانائی- دوباره- به ضعف، و پیری گرفتار آید، آفریدگار آن چه بخواهد می آفریند البته او بسیار دانا و توانا است» (۵). بحث: از آیه فوق استنباط می شود که ۱- انسان دارای دوره تحولی است که از ضعیفی شروع و پس از مدتی توانمندی دوباره به ضعف و ناتوانی کشیده خواهد شد به عبارت دیگر قرآن یک واقعیتی از دوره زندگی آدمی را به وی یادآوری می نماید. با چنین یادآوری قرآن، این پیش آگهی را به آدمی می دهد تا ضمن آنکه وی را برای چنین مقطعی آماده سازد او را وادار کند که از دوره توانمندی استفاده بهتری بنماید. ضمن آنکه یک فرد سالمند، ضعفها و سستیهای مربوط به این سنین را به عنوان واقعیت اجتناب ناپذیر، پذیرا باشد و خود را با آن سازگار کند. ۲- همچنین از این آیه می توان برداشت کرد که پیری وضعی است همچون ضعف یک کودک یعنی همانطور که یک

از آن چه آمد می توان نتیجه گرفت: ۱- سالمند به دلیل مسن بودن، ضعف های جسمی بر او عارض می شود که در حرکت کردن، سخن گفتن، فعالیت کردن و پوشش وی، و... تأثیر می گذارد و آنها را کند می کند. لذا بایستی به دلیل این خصوصیت برای او حقی مجزا قائل شد و آن را ادا کرد. نحوه ادای این حق با طمأنینه و آرام رفتار کردن با او و برداشتن سختیها از دوش اوست. ۲- یکی از حقوق دیگر سالمند حق او به دلیل پیشگام بودن او در فعالیتهای مختلف زندگی است و اینکه او در دنیا تجربیاتی داشته که بایستی پاس داشته شود. لذا به دلیل پیشگام بودن به ویژه در دینداری حقی مجزا بایستی برای سالمند قایل شد و او را بزرگ داشت. ۳- سالمند مسلمان به خاطر اسلام داشتن بیشتر از دیگران حرمت پیدا می کند و بایستی ارجمند و گرامی داشته شود.

#### حق والدین سالمند بر فرزندان

چنان که گفته شد افزون بر حقی که والدین در دوران قبل از سالمندی بر فرزندان دارند در دوران سالمندی حقوقی مضاعف و تکالیفی سنگین تر بر فرزندان دارند. در قرآن می خوانیم: «پروردگار تو مقرر کرد که جز او را مپرستید و به پدر و مادر خود احسان کنید. اگر یکی از آن دو یا هر دو در کنار تو به سالخوردهگی رسیدند به آنها حتی «اوف» مگو و به آنان پرخاش مکن و به آنان سخنی شایسته بگو (۵). از جمله حقوق والدین بر فرزند در روایات اسلامی، نگهداری آنان در نزد خود، برآوردن نیازمندیها و ابراز عواطف نسبت به آنان است: از جمله روایات در این زمینه روایتی است که در مستدرک الوسائل نقل شده است: از پیامبر (ص) درباره حق پدر سؤال شد. جواب فرمود: مادامی که زنده است از او فرمان بری. و در حق مادر فرمود: حق مادر تو این است که بدانی او تو را در دوران بارداری با خود حمل می کرد. کاری که هیچکس در حق دیگری انجام نمی دهد او از ثمره قلبش به تو بخشوده است بخششی که هیچکس در حق دیگری نمی کند؛ او تو را با همه اعضا و جوارح از خطرات محفوظ داشته، دریغ نداشت که خود گرسنه بماند ولی تو را غذا دهد؛ خود تشنه بماند ولی تو را سیراب سازد؛ خود از پوشاک

:اگر انسان عاقل به سن پیری رسد خرد او استوار گردد و چنانچه بی خرد به سن پیری رسد در جهل پیش رفته است. (۸). مهمترین نکتهای که از این روایت استنباط می شود آن است که پیران خردمند، مرجع فرزاندگی خواهند بود، در تکامل جوهری انسان، عقل او همراه دیگر صفات به کمال و شکوفایی میرسد و اگر چنانچه بستر تکامل انسان ونقطه های آغاز حرکت جاهلانه باشد هرچه پیش رود در جهل پیش رفته است، در روایات اسلامی توصیه شده است با کسب دانش، تجربه و اخلاق نیک به استکمال عقل پردازید. (۹).

#### ج- حقوق سالمند

از امام صادق در اهمیت رعایت حق سالمند روایت شده است سه گروهند که حقوقشان مورد انکار قرار نمی گیرد مگر از جانب منافقی که به نفاق شهرت دارد: کسی که موی خود را در اسلام سپید کرده، حامل قرآن و امام عدالت پیشه (۱۰). در بررسی منابع اسلامی این نکته مسلم و روشن است که هر فرد، به صرف ورود در سنین سالمندی از حقوقی خاص برخوردار می گردد و بر هر مسلمان تکلیف است نسبت به ادای آن حقوق پایبند باشد و همچنین پدر و مادر علاوه بر حقوق خاص خود- که به خاطر پدر یا مادر بودن ذیحق شده اند در دوران کهنسالی نیز از حقوقی ویژه بر خوردار میگردند. در رساله موسوم به رساله حقوق امام سجاد (ع) در زمینه حق سالمند می فرماید الف) حق سالمند آن است که به خاطر مسن بودنش با طمأنینه، آرام و آهسته با او رفتار نمائی و نیز شأن و منزلت او را بالا ببری ب) چون پیش از تو در اسلام وارد شده بود او را اجلال کرده و بزرگ قدر شماری، در هنگام بگو مگو و مخاصمه او با تو، کوتاه بیایی و در هنگام راه رفتن از او پیشی نگیری و به او نسبت نادانسی ندهی هر چند او با تو چنین رفتار کرده باشد نیز از جمله حق او بر تو آن است که او را ارجمند داشته آبروی او را حفظ نمائی و اینها علاوه بر حق سالمندی به خاطر حق اسلام و حرمت اسلام است که بر عهده هر کسی تکلیف می گذارد (۱۱).

ناراحتی فرمود او را در دوران جوانی به کار و داشتید تا پیر و از کار افتاده شد حال او را از حش محروم ساخته اید؟ برایش از بیت المال مستمری دهید (۱۲).

از حدیث مذکور چنین استنباط می شود که حکومت در برابر سالمندان وظایف خاصی دارد و این وظیفه نه از باب ترحم بلکه به آن دلیل که سالمند در دوره جوانی به جامعه خدمت کرده ذیحق بوده و در دورهی پیری که دوران افول نیروی آدمی است به او بازگردانده می شود. و این از جمله حقوق مسلم و شناخته شدهی سالمندان است که حاکمیت در جامعه اسلامی بدون در نظر آوردن مذهب و گرایشات فکری سالمند باید بدان پایبند باشد.

ج- اخلاق و آداب سالمندی

الف- اخلاق

توصیه و دستوراتی که در آیات قرآن و روایات اسلامی جهت تکریم و بزرگداشت سالمندان آمده است ما را متوجه امتیازات فراوان و گسترده آنان می کند. به همان نسبت مسئولیت آنان نیز سنگین است. ممکن است خطائی از جوان سرزند که قابل جبران و قابل گذشت باشد اما همان خطا از سالمندان توجیه پذیر نباشد. در روایتی از امام صادق (ع) میخوانیم: چنانچه فردی این سه ویژگی را نداشته باشد به خیر او امیدی نیست: کسی که در نهان حضور خداوند را در نظر نیآورد در پیری مراقب رفتار خود نباشد و از عیب خود حیا نکند (۱۳).

نقش عبادت در سلامت روان سالمند

چنان که قرآن کریم آرامش پایدار را در گرو یاد خدا و پرستش او می داند، عبادت سالمند در تنهایی بهترین همراه اوست، عبادت سالمند به حدی ارزشمند است که سبب می شود خداوند از سایر لغزشهای او بگذرد. از امام جعفر صادق (ع) نقل شده است: روز رستخیز پیری حاضر میشود، کتاب اعمالش به او عرضه می شود و محتوایی آن جز بدی چیزی نیست و بر او سخت می آید، خطاب به پروردگار عرضه می دارد خداوندا! آیا من به دوزخ روم؟ خداوند جل جلاله میفرماید ای پیر، من شرم دارم تو را عذاب کنم چرا که در

محروم بماند ولی تو را بپوشاند، خود را در آفتاب نگهدارد و تو در سایه باشی، از خواب محروم شود تا تو در بستر خواب آرام گیری- و او تو را از سرما و گرما محفوظ داشته است. تو نمیتوانی شکر مادرت را بجا آوری و سپاسگزار او باشی مگر به کمک الهی و توفیق او، اما حق پدرت آن است که بدانی او اصل و ریشه توست به خاطر نعمت پدر خدای را سپاس گزار. اگر او نبود تو به وجود نمی آمدی هر چیز شگفت در وجود خود یافتی بدان که پدرت اصل آن است (۱۱).

### بحث

از آیات و روایات ذکر شده می توان چنین استنباط نمود: حق والدین مسلمان مومن همچون حق خداوند است. لذا کسی که حق والدین را بجای آورد حق خداوند را ادا کرده است. والدین دارای حقوقی هستند که به صرف پدر و مادر بودن برای آنها جاری میشود و لذا در برابر این حقوق انجام تکالیفی از طرف فرزندان لازم است، شاید یکی از دلایل مهم این حقوق برای والدین جایگاه تعلیم و تربیتی آنان است. یکی از حقوق ذکر شده در قرآن حق شکر است، که خداوند شکرگزاری از والدین را همراه شکرگزاری از خود آورده است. از جمله حقوق ذکر شده والدینی حق خاص مادر است که به دلیل بارداری و شیر دادن برای او پدید می آید. چنانکه در بالا خواندیم در متون دینی مراقبت اخلاقی و مهارتهای رفتاری فرزند در قبال والدین دارای سیر صعودی است به طوری که در سنین سالمندی به بالاترین حد ارتقا می یابد چنانکه در فراز قرآنی بالا نوع مهارتهای رفتاری، کلامی و غیر کلامی ویژهی دورهی سالمندی والدین توصیف و به آن توصیه شده است.

حق سالمند بر حکومت

در روایات اسلامی برای همه سالمندانی که در حوزه حکومت قرار دارند حقوقی بر عهده حاکم گذاشته شده است: در روایتی از امام علی (ع) میخوانیم: پیری نابینا و مسن به تکدی مشغول بود حضرت با ناراحتی پرسید این کار چیست؟ گفتند ای امیر مومنان او نصرانی است امام با

فرمود: موی سپید را نکند (۱۳) نیز، امام علی (ع) چیدن موی را مجاز و کندن آن را ناپسند می‌داشت (۱۳). حفص اعور می‌گوید: از امام صادق (ع) سؤال کردم آیا رنگ کردن موی سر مستحب است و جزو سنت اسلامی محسوب می‌شود؟ فرمود بلی (۶).

از احادیث و روایات ذکر شده می‌توان نتیجه گرفت: شایسته نیست سالمندان مانند جوانان لباس بپوشند. پسندیده است که سالمند موهای خود را رنگ کند. وقار دوران سالمندی را با بازی کردن و کندن موها ضایع نسازد.

#### د- رفتار با سالمند

در قرآن و حدیث توصیه‌هایی در مورد رفتار با سالمند ارائه شده تا مسلمانان براساس آنها رفتار خود را تنظیم نمایند. این توصیه‌ها نقش راهبردی داشته و جهت‌گیری کلی رفتار آنان را نشان داده است. بنابراین روشها و فنون برخورد با سالمند نیز بایستی براساس این جهت‌گیری‌ها طراحی و به کار گرفته شوند. راهبردهای مطرح شده در رفتار با سالمند براساس حقوق سالمند در سه حیطه اجتماعی، خانوادگی و حکومتی است که قبلاً در بخش حقوق مورد اشاره قرار گرفت. در قرآن و حدیث رفتار پسندیده با سالمند به طور کلی و رفتار پسندیده با والدین سالمند بهطور اختصاصی مورد تأکید قرار گرفته است. به عبارت دیگر در منابع اسلامی تأکید شده است، عموم مردم با سالمند بایستی به نرمی رفتار نمایند و از طرفی به فرزند در مورد حق والدین و نحوه رفتار با آنها به ویژه در هنگام پیری دستوراتی مهم ارائه شده است. در اینجا ابتدا نحوه رفتار با سالمند و سپس رفتار با والدین سالمند را بررسی خواهیم کرد.

#### نحوه رفتار با سالمند

در قرآن و احادیث در نحوه رفتار با سالمند سه راهبرد اساسی مطرح شده است که شامل توقیر، اجلال و تکریم است.

این سه راهبرد به نظر می‌رسد در عین آن که مفاهیمی نزدیک به هم دارند، دارای تفاوت‌های معنی داری هستند به همین سبب به طور جداگانه مورد بررسی قرار می‌گیرند.

دنیا مرا عبادت می‌کردی، بنده ام را به سوی بهشت رهنمود شوید (۶) عبادت عاشقانه اضطراب را دور و آرامش را به ارمغان می‌آورد این گونه عبادت است که در روایت از آن به عنوان «رستگاری» یاد شده است (۷). ذکر این نکته مهم است که بدانیم در روایات اسلامی عبادت، دارای معانی گسترده-ای است، انس با آفریدگار در قالب آداب خاص عبادت است. در برخی روایات هم برترین عبادت تفکر، غلبه بر عادات ناپسند، کسب دانش، سکوت بموقع، و... شمرده شده است (۷).

#### سالمند و مراقبه نفس

پیامبر فرمود: ای چهل سالهها! همانند محصولی می‌مانید که درو کردنش نزدیک شده! ای پنجاه ساله‌ها! برای فردایتان چه آماده خواهید کرد؟ ای شصت سالهها! برای محاسبه رستاخیز آماده شوید. ای هفتاد سالهها! هیچ عذری ندارید (پس اعمال نیک انجام دهید و از رفتار خلاف شان سالمندی برحذر باشید (۶). در احادیث و روایات ذکر شده توصیه شده است، سالمندان مراقب رفتار خود باشند و نسبت به برطرف کردن عیب خود کوشا باشند. آغاز پیری که با سپیدی موی نمایان می‌شود آغاز مراقبت‌های شدید معنوی است.

#### ب) آداب

منابع اسلامی با توصیه‌هایی کاربردی، ظاهر سالمند را نیز آراسته می‌سازد. رعایت این توصیه‌ها، وقار سالمند را محفوظ و بزرگی او را در نزد دیگران تثبیت می‌کند، از جمله این سفارشات آن است که در پوشش، نحوه راه رفتن، نشست و برخاست و... سالمند، رعایت شئونات سالمندی را کرده و خود را شبیه جوانان نسازد. از امام صادق (ع) روایت شده است که فرمود: رسول خدا مردان را از اینکه شبیه زنان لباس بپوشند و زنان را از اینکه شبیه مردان لباس بپوشند منع می‌کرد و نیز از آن حضرت روایت شده که فرمود: بهترین جوانان کسانی‌اند که خود را شبیه پیران قرار دهند و بدترین پیران کسانی‌اند که خود را شبیه جوانان قرار دهند (۱۲). همچنین از رسول خدا (ص) روایت است که

## توقیر

با توجه به معنای لغوی «توقیر» وقتی گفته می شود سالمند را توقیر کنید یعنی با طمأنینه، آهستگی، سنگینی و با حوصله با او رفتار نموده، از شتاب زدگی، تندی، اضطراب در رفتار با او پرهیز کنید. در این صورت رفتار احترام آمیز و بزرگ شماری سالمند شکل می گیرد. دراهمیت توقیر پیران، از امام حسن (ع) روایت شده است که فرمود: پدرم در نزدیک وفاتش به من فرمود به کودکان ترحم کن و بزرگسالان را توقیر نما (۱۰). همچنین در روایاتی دیگر می خوانیم: رسول خدا فرمود هر کس، صاحب موی سفید را که در اسلام سپید شده توقیر کند خداوند او را از رنج رستخیز در امان دارد (۸). از امام صادق (ع) روایت شده که فرمود: پدر خود را توقیر کن عمر تو طولانی می شود مادر خود را توقیر کن فرزندان فرزندان خود را به چشم خواهی دید (آنقدر عمرت طولانی می شود که نوه های خود را خواهی دید). (۱۰). بحث: در راهبرد توقیر موارد زیر قابل توجه است: ۱- در برخورد اجتماعی و رابطه بین فردی با یک سالمند، ضعف قوای جسمی و حرکتی او را در نظر گرفته، شتاب و تندی در فعالیت را بر او تحمیل نکنید، به عبارت دیگر، خود را با او منطبق سازید نه او را با خود. ۲- در راه رفتن در روز پشت سر او حرکت کنید و در شب به دلیل آن که ممکن است مانعی در مقابل او باشد با احترام در جلوی او قدم بردارید تا موانع احتمالی را از مقابل او بردارید به عنوان نمونه در هنگام سوار ماشین شدن و پیاده شدن از خودرو با حوصله و با یاری رساندن به او اجازه دهید به آرامی سواریا پیاده شود. ۴- در هنگام ورود سالمند به اطاق جای مناسب را به او بدهید که بتواند به راحتی بنشیند و نیاز به تغییر جا نداشته باشد.

## اجلال

با توجه به معنای لغوی اجلال می توان گفت منظور از اجلال سالمند، بزرگ دانستن، تعظیم، و همچنین فراهم کردن زمینه آرامش اوست. از پیامبر نقل شده است که فرمود مشایخ را تبجیل کنید، تبجیل مشایخ، نمونه ای از اجلال خداوند عزوجل است هر کس آنان را اجلال نکند از ما نیست پیامبر

فرمود می خواهید بهترین تان را معرفی نمایم؟ گفتند آری ای رسول خدا، فرمود: بزرگسالان را در صورتی که دارای رأی مستقیم و درست باشند. از امام صادق (ع) روایت شده که فرمود: دو مرد نزد پیامبر آمدند، یکی پیر و دیگری جوان جوان جلوتر از پیر لب به سخن گشود. پیامبر خطاب به او دوبار فرمود، اول پیر، اول پیر (۱۰). و نیز از آن حضرت روایت شده که فرمود: برکت با بزرگسالان است (۱۰). امام صادق فرمود: از مصادیق اجلال خداوند اجلال مومنی پیر است و هر کس مومنی را اکرام کند همانا خدای را اکرام کرد و هر کس پیری را خوار کند قبل از مرگش خداوند کسی را مأمور می کند که او خوار سازد. بحث: برای بزرگ شماری سالمند و تعظیم او موارد کاربردی زیر از حدیث استنباط می شود: بدانید از موارد بزرگ شماری خداوند بزرگ شماری سالمند است. با او بگو مگو نکنید. در هنگام راه رفتن از او پیشی نگیرید. (مگر در هنگام شب که به خاطر تاریکی و خطرات احتمالی لازم است پیشاپیش او حرکت کرد. نسبت ناروا به او ندهید هر چند او با شما چنین کند. در هنگام ورود او به مجلس جا برای او باز کنید.

## ۳- اکرام

اکرام در لغت از ریشه کَرَم مشتق می شود و کرم به معنای جوانمردی، مروت، بزرگی، اعطاء به سهولت، ارجمندی، عزیزی، سخاوت، همت و... آمده است. اکرام یعنی گرمی داشتن، نواختن و بخشش کردن. با توجه به معنای لغوی اکرام، می توان نتیجه گرفت وقتی گفته می شود سالمند را اکرام نمایند یعنی او را نه تنها در ظاهر بزرگ شمارید بلکه او را عزیز و گرمی دارید و به سهولت و احترام او را حمایت نمائید و حریم او را در نظر آورده حفظ کنید، آن چه مربوط به او و جزو حقوق او شمرده می شود مورد تجاوز قرار نگیرد. در روایات اسلامی در اهمیت اکرام سالمند می خوانیم هیچ جوانی سالمندی را به خاطر کبر سن او را اکرام نکرد مگر آنکه خداوند در زمان پیری او کسی را بر می گزیند که او را اکرام کند (۱۴). در روایت دیگری آمده است: امام رضا (ع) فرمود: بزرگسالان را تعظیم کنید، صله رحم کنید

است. این لغت مجازاً به معنی خیر و احسان به کار رفته است. برّ در مقابل کلمه حقوق والدین نیز ذکر شده است. در قرآن و حدیث برّ هم‌ردیف مفاهیمی چون تقوی، صدق، قسط و احسان و در مقابل مفاهیمی چون اثم، عدوان، عصیان، فجور، شقی و... آمده است. «برّ» یعنی راستی و درستی و نیکی در اعتقاد، رفتار و اخلاق. با برّ رفتار کردن یعنی زورگو نبودن، عصیانگری نکردن، شقاوت نداشتن، دشمنی نورزیدن و انفاق کردن از آنچه که دوست دارید (برّ یا رفتار کردن با نیکویی همراه صداقت و بدون حرمت، حب و بغض، سرکشی، زورگویی و شقاوت).

در قرآن و حدیث سفارش شده که با والدین با شیوه بر رفتار کنید و در مقابل آنها عصیانگری و زورگویی نکنید. این سفارش صریح را قرآن یک بار زمانی که به توصیف حضرت یحیی می پردازد بازگو می کند: «پیامبری بواقع پرهیزگار بود نسبت به پدر و مادرش مهربان بود و به تکلیف خود نسبت به آنان عمل می کرد و مستکبر و عصیانگر نبود» (۵). در روایات و احادیث اسلامی در تبیین این راهبرد قرآنی و تأکید بر آن مطالب بسیاری بیان شده که در زیر به آنها اشاره میشود: در روضه الواعظین از پیامبر نقل شده که فرمود: از اتمم کسانی که هم اکنون حضور دارند و آنان که در آینده خواهند آمد و کسانی که در اصلاّب مردان و ارحام زنان هستند تا روز رستاخیز همه و همه را سفارش می کنم که به پدر و مادر خویش نیکی کنند (۱۰). در کتاب محاسن از امام باقر(ع) روایت کرده است: نیکی به پدر و مادر و صلّه رحم، حساب رستاخیز را آسان می کند و آن حضرت آیه: والذین یصلون ما امرالله به أن یوصل، را تلاوت فرمود. (۱۰). در فقه الرضاع(ع) آمده است: بر تو باد که مطیع پدرت باشی و به او نیکی کنی، در مقابلش متواضع و افتاده باشی او را بزرگ داری، و نیز اکرامش کنی. می بینی که خداوند حق خود را با حق پدر و مادر قرین ساخته و فرموده است: شکر مرا به جای آور و نیز شکر پدر و مادرت را چه بازگشت شما به سوی من است (۱۰). امام صادق(ع): شخصی نزد پیامبر آمد و از آن حضرت سؤال کرد ای رسول خدا! به چه کسی نیکی کنم؟ فرمود به

و بهترین صلّه رحم آن است که از آزار دادن آنان خودداری کنی (۱۴). دستوراتی که در حدیث برای اکرام سالمند ذکر شده عبارت است از: حرمت او را نگه دارید... بی توجهی یا کم توجهی به او نکنید. او را مورد تمسخر و تحقیر قرار ندهید. در یاری دادن و بزرگ شماری او با حالتی بزرگوارانه و عزتمندانه اقدام کنید.

#### نحوه رفتار با والدین سالمند

بخش مهمی از نحوه رفتار با سالمند در منابع دینی در ارتباط با سفارشات است که در مورد والدین شده است. به عبارت دیگر، سهم فرزندان در سلامت روان سالمندان، بسیار برجسته و بزرگ است. به طوری که افزون بر توصیه های همگانی قرآن و حدیث در نحوه رفتار با سالمند، فرزندان به واسطه ی حق والدین بایستی از راهبردها و روشهای دیگر نیز استفاده کنند. این راهبردها شامل رفتار همراه با برّ، احسان و شکر است. رویکرد اسلام در بهداشت روان سالمند به خانواده و نیز شخص سالمند نقشی مهم واگذار میکند یکی از روش های اسلام در اجرای فنون مورد نظر و عملی کردن آن بهره گیری از عواطف حاکم بر والدین و فرزندان است، در این مبحث، هر جا سخن از والدین است به طریق اولی والدین سالمند را شامل می شود، و این قیاس اولویت از آیه ۲۳ سوره ی اسرا استنباط می شود. در این آیه نخست حکم به احسان پدر و مادر شده و درباره ی دوره سالمندی به جزئی ترین رفتاری که ممکن است آنان را برنجانند اشاره شده است و آن مواظبت بر این مهم است که قبل از ادای سخن با آنان چهره در هم نباشد بلکه با چهره ی گشاده با آنان سخن بگویند تا مبدا آزرده خاطر شوند.

۱- برّ: یکی از راهبردهای قرآن و حدیث در نحوه رفتار با والدین، راهبرد برّ است. بدیهی است مصداق کامل برّ در آیات و روایات برّ و نیکی کردن به والدین سالمند است. قرآن در مورد حضرت یحیی می فرماید: نسبت به پدر و مادرش مهربان بود و به تکلیف خود نسبت به آنان عمل می کرد و متکبر و عصیانگر نبود (۵). «برّ» در لغت به معنای راست گفتن، کسی را گرامی داشتن، نیکوکاری، نیکی و بخشش

ویژه ای برخوردار است، به طوری که بخشی از آیات و احادیث اسلامی به اهمیت این مسئله اختصاص دارد. بگو: بیاید تا آنچه را پروردگارتان بر شما حرام کرده برای شما بخوانم: چیزی را با او شریک قرار مدهید و به پدر و مادر احسان کنید» (۵). حضرت رسول (ص) فرمود: بهترین کسب آن است که انسان پدر و مادر خویش را به دست آورد و بهترین خدمت خدمت به آنان است، بهترین بخشش، بخشش به آنان است بهترین آسایش آن است که در کنار آنان استراحت نمایی (۱۰).

در موضوع احسان والدین، جایگاه مادر مخصوص و ویژه است. به طوری که در احسان به والدین احسان به مادر مقدم بر احسان به پدر است. این تأکید را در قرآن می توان از آن جا استنباط نمود که پس از توصیه احسان به والدین، ادله احسان به مادر را مورد اشاره قرار داده است. ضمن آن که چنین برداشتی در احادیث به تصریح و وضوح مطرح شده است. همان طور که در مورد «بر» به والدین قبلاً اشاره گردید. و انسان را [نسبت] به پدر و مادرش به احسان سفارش کردیم. مادرش با تحمل رنج او را باردار شد و با تحمل رنج او را به دنیا آورد. و بار برداشتن و از شیر گرفتن او سی ماه است، تا آن گاه که به رشد کامل خود برسد و به چهل سال برسد، می گوید: «پروردگارا، بر دلم بیفکن تا نعمتی را که به من و پدر و مادرم ارزانی داشته ای سپاس گویم و کار شایسته ای انجام دهم که آن را خوش داری، و فرزندانم را برایم شایسته گردان؛ در حقیقت، من به درگاه تو توبه آوردم و من از فرمان پذیرانم» (۵). و نیز در روایات آمده است :

قطب راوندی در لب اللباب از پیامبر روایت کرده است زیر پای مادران گلستانی از گلستانهای بهشت است و فرمود: هر گاه به نماز مستحبی مشغول هستی اگر پدرت تو را صدا زد نماز خود را قطع نکن ولی اگر مادرت تو را صدا زد نماز مستحبی خود را قطع کن (۱۰). در عوالی اللالی آمده است: از رسول خدا (ص) در مورد حق پدر سؤال شد حضرت پاسخ فرمود: تا زنده است مطیع او باشی و گفته شد حق مادر چیست؟ فرمود: هیهات، هیهات اگر چنانچه به عدد

مادرت. دوباره سؤال کرد: فرمود به مادر خود و برای بار سوم نیز سؤال را تکرار کرد فرمود به مادر. آنگاه سؤال کرد پس از مادر به چه کسی نیکی کنم فرمود به پدر خود (۱۲). قطب راوندی از پیامبر (ص) نقل می کند که فرمود: هر کس دوست دارد که عمرش از همه طولانی تر شود به والدین خود نیکی کند و صله رحم نماید و نسبت به همسایه احسان نماید (۱۰).

۲- احسان یکی از راهبردهای اساسی رفتار با والدین در قرآن و حدیث، راهبرد احسان است. احسان در لغت به معنی: خوبی، نیکی، نیکوکاری، بخشش، انعام، نیکویی کردن و نیکویی گفتن است (۱۵). احسان در قرآن و حدیث به معنی نیکویی کردن در گفتار، رفتار، افکار، آداب اجتماعی و حل اختلافات است. همانگونه که ملاحظه می شود معنای احسان و «بر» (که پیش تر توضیح داده شد) بسیار نزدیک به هم می باشد به گونه ای که جدا کردن آنها دشوار می نماید، ضمن آن که نمی توان جدایی آنها را از نظر دورداشت، لیکن به دلیل عدم مرزبندی دقیق معنایی بین این دو میتوان هر دو را بیانگر یک موضوع دانست. در قرآن کریم توصیه شده که مسلمانان به احسان و عدل رفتار کنند: خداوند به عدل و احسان فرمان می دهد (۵) یکی از جهت گیرهای کلی و اصلی قرآن در روابط با والدین احسان کردن و به نیکی رفتار کردن با آنان است. و انسان را سفارش کردیم به پدر و مادر خود نیکی کند» (۵) و به پدر و مادر [خود] احسان کنید» (۵). قرآن کریم از زبان فرزندان یعقوب بیان می کند : گفتند: «ای عزیز، او پدری پیر و سالخورده دارد؛ بنابراین یکی از ما را به جای او بگیر، که ما تو را از نیکوکاران می بینیم» (۵). در روایت آمده است: ابی بصیر از امام باقر یا امام صادق نقل می کند که نزد امام سخن از پدر و مادر به میان آمد آن حضرت فرمود: آن دو کسانی هستند که خداوند در مورد آنان فرمود: خدا حکم کرد که جز او را نپرستید و به والدین نیکی کنید (۱۰).

اهمیت احسان

در اسلام احسان کردن به والدین از اهمیت و جایگاه



آنان بگستر و بگو پروردگارا، آن دو را رحمت کن چنانچه مرا در خردی پروردند (۵) چنانکه ملاحظه می شود قرآن از جمله مصادیق احسان به والدین سالمندراگفتار مناسب با آنان تواضع و فرو تنی با آنان و همچنین دعا نمودن برای ایشان دانسته است. در اینجا به نمونه هایی از شیوه های بر و احسان اشاره میشود:

الف- رفتار معروف و مناسب با والدین:

رفتار معروف رفتاری است که بین عقلا و خردمندان جامعه به نیکی شناخته شده و آنرا تمجید می کنند. قرآن توصیه نموده فرزندان با والدین رفتاری مناسب (معروف) داشته باشند حتی اگر والدین رفتاری نامناسب داشتند و اگر تو را وادارند تا درباره چیزی که تو را بدان دانشی نیست به من شرک ورزی، از آنان فرمان مبر [ولی] در دنیا به خوبی با آنان معاشرت کن و راه کسی را پیروی کن که توبه کنان به سوی من باز می گردد؛ و [سرانجام] بازگشت شما به سوی من است، و از [حقیقت] آنچه انجام می دادید شما را با خبر خواهم کرد (۵). معمر می گوید به امام رضا (ع) عرض کردم: چگونه برای پدر و مادرم دعا کنم و حال آنکه دوران حیاتشان حق را نمی شناختند، فرمود: برای آن دو دعا کن، از طرف آنان مالی را صدقه ده و اگر چنانچه زنده اند و حق را نمی شناسند با آن دو مدارا کن، چنانچه پیامبر فرمود: خداوند مرا برای رحمت فرستاده است و نه برای عقوبت (والدین) و آزردن آنان (۱۰).

ب- گفتار کریمانه:

یکی دیگر از شیوه های ذکر شده در رفتار با والدین گفتار کریمانه است. گفتار کریمانه گفتاری است که توأم با عزت، ارجمندی (گرامی داشتن) و رعایت عزت مخاطب باشد. قرآن کریم در این باره چنین می فرماید: «و پروردگار تو مقرر کرد که جز او را مپرستید و به پدر و مادر [خود] احسان کنید. اگر یکی از آن دو یا هر دو، در کنار تو به سالخوردگی رسیدند به آنها [حتی] اوف مگو و به آنان پرخاش مکن و با آنها سخنی شایسته بگوی» (۵).

ریگهای بیابان و قطرات باران در همه ایام دهر در مقابل او بایستی با یک روز که در دوران بار داری فرزند را جابهجا کرده است برابری نمی کند (۱۰).

یکی از نمونه های عملی احسان به والدین سالمند را می توان در روایت زیر مشاهده کرد: در کتاب الاخلاق ابوالقاسم کوفی آمده است: مردی به رسول خدا گفت مادرم به سن پیری رسیده و هم اکنون در نزد من است او را بر دوش گرفته، جا به جا می کنم از در آمد خود او را غذا می دهم، با دست خود سر و صورت او را پاک می کنم با این حال خجالت می کشم مستقیم به چشم او نگاه کنم به خاطر این که او در نزدم بزرگ است آیا حق او را ادا کرده ام؟ حضرت پاسخ داد نه چرا که رحم او ظرف نگهداری تو بود پستانش سیراب کننده تو؛ قدم او راهنمای تو و دستش محافظ تو و دامن او نگاهدار تو با این همه رنج آرزو داشت مبادا به حیات و زندگی تو خدشهای وارد شود ولی تو با این زحماتی که می کشی باز در دل آرزو داری که مادرت زودتر بمیرد تا از رنج رها شود (۱۰).

«شیوه های احسان و بر»

«بر» و احسان به والدین، دو اصل راهبردی هستند که در قرآن و روایات شیوه هایی برای اعمال و اجرای آن دو ذکر شده است. از جمله این شیوه ها می توان به رفتار مناسب و معروف، دعا در حق والدین، تواضع، برخورد کریمانه، صلح و رحم، نفقه دادن یا کمک مالی و آزار نرساندن و فرمانبرداری از آنان اشاره کرد.

این که دو واژه ی احسان و «بر» را با هم ذکر کردیم از آن جهت است که مرز معنایی این دو بسیار نزدیک به هم است به طوری که در بیشتر مواقع هر دو یک معنارا در ذهن تداعی می کنند در زمینه احسان به والدین، به خصوص در دوران سالخوردگی در قرآن کریم آمده است: «و پروردگار تو مقرر کرد که جز او را مپرستید و به پدر و مادر [خود] احسان کنید. اگر یکی از آن دو یا هر دو، در کنار تو به سالخوردگی رسیدند به آنها حتی «اوف» مگو و به آنان پرخاش مکن و با آنها سخنی شایسته بگوی. و از مهربانی، بسال فروتنی بر

## ج- رفتار متواضعانه:

نمونه ای برجسته از تقوای ارحام محسوب می شود. در قرآن می خوانیم: «چون پدر و مادر یا یکی از آنها به سن پیری رسیدند آنان را از خود دور مکن» (۵). در روایتی از پیامبر معنای آیه فوق به طور واضح تبیین شده است: پیامبر فرمود: برگزیدگان شما خردمنداناند. سؤال شد خردمندان چه کسانی هستند فرمود آنان کسانی اند که دارای اخلاق نیک و اندیشه استوار هستند با مادران و پدران صله رحم می کنند، نسبت به همسایگان و یتیمان متعهد هستند، مستمندان را اطعام می کنند، «جلوتر از دیگران» سلام را آشکارا بیان می کنند، آنگاه که دیگران در خوابند اینان به نماز می پردازند (۱۲). همچنین رفت و آمد با والدین در احادیث و روایات با تأکید مورد سفارش قرار گرفته است: در عوالی اللائی آمده است: مردی گفت ای رسول خدا با تو بیعت می کنم چه برای هجرت و چه جهاد آمدهام حضرت فرمود آیا هیچکدام از والدینت در حیاتند؟ عرض کرد بلی، هر دو زنده اند. حضرت فرمود فرصت را غنیمت شمر و از خدای پاداش گیر باز گرد به سوی پدر و مادرت هم نشین خوبی برای آنان باش تا نزد خداوند مأجور باشی (۱۰). از پیامبر اکرم نقل شده است که فرمود کسی که امید دارد از عمری طولانی برخوردار شده ميسو ط الرزق شود پیوند خود را با پدر و مادر و ارحام خود پیوسته دارد (۱۰).

بخش دیگری از روایات به پیامدهای ناگوار قطع رابطه با خویشان و به خصوص پدر و مادر مسن اشاره دارد. امام علی (ع): قطع رابطه با خویشان نزدیک بسیاری از نکبتها را در پی خواهد داشت (۷).

## ه- نفقه دادن

یکی دیگر از شیوه های رفتار با والدین نفقه دادن یا قرار دادن سهم مالی برای آنان است. این شیوه که در فقه اسلامی جنبه واجب دارد در قرآن و حدیث مورد سفارش و تأکید قرار گرفته و بر فرزندان لازم است که پدر و مادر را از جنبه مالی حمایت نمایند. در قرآن می خوانیم: از تو می پرسند: «چه چیزی انفاق کنند [و به چه کسی بدهند]؟» بگو: «هر مالی انفاق کنید، به پدر و مادر و نزدیکان و یتیمان و

یکی از شیوه های رفتار با والدین در قرآن، رفتاری توأم با تواضع است. قرآن از این شیوه به خفض جناح یعنی بال گسترده تعبیر نموده است. خفض به معنی بلند نکردن آواز، نرم رفتن، پایین آوردن، فرو نهادن (۱۵). دستور قرآن آن است که فرزندان با والدین بایستی رفتاری همراه با فروتنی و تواضع داشته باشند.» و پروردگارا تو مقرر کرد که جز او را مپرستید و به پدر و مادر [خود] احسان کنید. اگر یکی از آن دو و یا هر دو، در کنار تو به سالخوردگی رسیدند به آنها [حتی] «اوف» مگو و به آنان پرخاش مکن و با آنها سخنی شایسته بگو. و از سر مهربانی بال فروتنی بر آنان بگستر و بگو: «پروردگارا، آن دو را رحمت کن چنانچه مرا در خردی پروردند.» (۵).

و نیز در روایات می خوانیم:

ابراهیم بن شعیب می گوید به امام صادق گفتم: پدرم به سختی پیر شده و ناتوان است او را برای قضای حاجت بدوش می گیرم حضرت فرمود: به این کار ادامه ده و با دست خود در دهانش غذا بگذار- این عمل فردای رستاخیز برای تو سپهر و محافظ قرار می گیرد (۱۰) از حضرت امیر (ع) نقل شده است: به احترام پدر و معلم خود به پا خیر هر چند امیر باشی (۱۰).

## د- صله رحم یا رفت و آمد با والدین

یکی از شیوه های ذکر شده در منابع دینی در رفتار با والدین رفت و آمد کردن با آنان است. این شیوه که بر گرفته از یک شیوه کلی رفت و آمد با نزدیکان و خویشان است با تأکید بیشتر در مورد والدین سفارش شده است. به طوری که اگر اختلاف عقیده هم بین والدین و فرزندان وجود داشته باشد رفت و آمد خود با والدین را قطع نمایند. در اهمیت ارحام (خویشان نزدیک) که پدر و مادر از مصادیق بارز آن شمرده می شود، در قرآن می خوانیم: «پاس حرمت خدائی را که یکدیگر را به او سوگند می دهید بدارید و پاس حرمت ارحام را هم نگهدارید (۵). پیوند با خویشان نزدیک که پدر و مادر به ویژه در سنین بزرگسالی از مصادیق بارز آن است

سفارش کردیم که شکرگزار خدای و شکرگزار والدینش باشد مادرش او را به سختی در دوران بارداری حمل می کرد و نیز در دوران دو ساله شیرخوارگی سختی های فرزند را به جان خرید» (۵).

شکر والدین شکر خداست چون منتهی به سفارش و امر خدای تعالی است پس شکر پدر و مادر عبادت خدا و شکر اوست، قرآن در آیه ۱۵ سوره لقمان از فرزندان خواسته است با پدر و مادر خود به طور پسندیده و متعارف مصاحبت کنند. در روایات اسلامی نیز اهمیت سپاسگزاری از والدین گوشزد شده است، از جمله در فقه الرضا(ع) آمده است: «بر تو باد که مطیع پدرت باشی و به او نیکی کنی و در مقابلش متواضع و افتاده باشی، او را بزرگ داری، و نیز اکرامش کنی میبینی که خداوند حق خود را با حق پدر و مادر قرین ساخته و فرموده است: شکر مرا به جای آورد و نیز شکر پدر و مادرت را چه بازگشت شما به سوی من است» (۱۷). از مباحث بالا میتوان نتیجه گرفت: همانگونه که شکرگزاری از خداوند به خاطر نعمت های او بر بندگان واجب است. شکرگزاری از پدر و مادر به خاطر انعام به فرزندان نیز واجب است، فرزندان همه هستی خود را مدیون والدین میباشند. شکرگزاری و سپاسگزاری در دو مرحله زبانی و عملی است، در مرحله زبانی فرزندان همواره از پدر و مادر به خاطر بذل توجهات آنان در طول زندگی تشکر می کنند، در مرحله عملی نیز اطاعت از دستورات پدر و مادر جز در مواردی که به طور استثناء به امور غیر شرعی امر نمایند واجب است، همان طور که در مباحث گذشته روشن شد در متون اسلام هر جا از والدین یاد شده و به فرزندان توصیه شده است تا با مهارتهای عملی و کلامی سلامت روان آنان را تضمین نمایند به طریق اولی والدین سالمند را شامل می شود. و این نکته در مبحث نحوه رفتار با والدین سالمندروشنتر بیان شد.

### نتیجه گیری

از آن چه گذشت می توان نتیجه گرفت: سالمند در منظر قرآن و روایات اسلامی از سه جنبه قابل مطالعه و توجه است:

مسکینان و به در راه مانده تعلق دارد، و هر گونه نیکی کنید البته خدا به آن داناست» (۵). در روایات نیز آمده است: از رسول خدا نقل شده است که فرمود: آیا می دانید چه نفقه ای در راه خدا برترین نفقه ها است؟ گفتند خدا و رسول او داناترند؟ فرمود نفقه ای که فرزند بر پدر و مادر خود می دهد (۱۰). این نکته به خوبی روشن است که والدین در سالهای توانمندی کمتر به کمک مالی فرزند نیاز دارند بلکه در دوره های پیری که توانایی کسب و کار آنان کاهش می یابد بلکه ناتوان می شوند نفقه اسلامی نفقه آنان را بر عهده ی فرزندان گذاشته است.

ادای حقوق مالی والدین از مصادیق صله رحم نیز هست علی(ع) فرمود: چون خداوند مالی را نصیب کسی فرمود باید با آن مال صله رحم به جای آورد (۱۶).

### و- دعا کردن

از جمله شیوه های احسان به والدین، دعا کردن برای والدین است. دعا یعنی گفتگوی با خدا، در این گفتگو فرزندان با یادآوری زحمات، رنج ها و حقوق والدین از خدا برای آنها رحمت می طلبند و برای آنان طلب بخشش می نمایند. در اینجا به نمونه هایی از آیات قرآن که در این زمینه آمده است اشاره می شود: «پروردگارا! روزی که حساب بر پا می شود، بر من و پدر و مادرم و بر مومنان ببخشای» (۵). «پروردگارا، بر دلم بیفکن تا نعمتی را که به من و پدر و مادرم ارزانی داشته ای سپاس گویم و کار شایسته ای انجام دهم که آن را خوش داری، و فرزندانم را برابم شایسته گردان؛ در حقیقت، من به درگاه تو توبه آوردم و من از فرمان پذیرانم» (۵).

### ۳- شکر گذاری

در لغت شکر به معنی سپاس داشتن و ثنای نیکو گفتن خدای و به جای آوردن آن چه را که خدای (از اطاعت و ترک معصیت) واجب گردانیده، و نیز ثنا گفتن منعم به سبب حصول نعمت از او، و همچنین توصیف شیء به نیکی، آمده است (۱۵). در قرآن هم ردیف شکرگزاری از خداوند به شکرگزاری والدین نیز سفارش شده است: «و به انسان

۱- سالمند از نگاه عموم مردم

۲- سالمند از نگاه حکومت

۳- سالمند از نگاه نقش والدینی آنان

سالمند از نگاه عموم مردم

در قرآن و احادیث مهمترین ویژگی سنین سالمندی ضعف و سستی اوشمرده شده است و این که قوای بدنی و به تبع آن روانی او روبه ضعف می رود تاجایی که نسیان و فراموشی فرد سالمند را فرا می گیرد. به دنبال چنین تحول جسمانی<sup>۱</sup> روانی است که سالمند دارای حقوق ویژه ای می شود که لازم است به آن توجه شود. یکی از حقوق مسلم سالمندی توقیر کردن اوبه خاطر سن اوست. توقیر که در ترجمه های معمول بعنوان بزرگداشت بکاررفته؛ معنای گسترده تری دارد<sup>۲</sup> توقیر از ریشه و قربه معنای سنگینی و طمانینه است از همین لغت کلمه وقار مشتق شده که به معنای طمانینه و حرکت همراه بایک نوع سنگینی است. با این معنا؛ توقیر سالمند یعنی باسنگینی و باحرکت آرام بایستی با سالمند برخورد کنید. به عبارت دیگر سنین سالمندی که همراه باضعف جسمانی و روانی است برسرعت<sup>۳</sup> حرکت<sup>۴</sup> فعالیت<sup>۵</sup> سرعت پردازش اطلاعات و سرعت صحبت کردن سالمند اثر می گذارد لذا بردیگران لازم است که این محدودیت و کندی را در نظر داشته و سالمند را با تعجیل و شتاب فرا نخوانند<sup>۶</sup> براساس این اصل لازم است: سالمند را با ویژگی ضعف سالمندی اش مدنظر قرار دهند در برخورد با سالمند خود راهم نیرو و در حدتوان او قلمداد کرده و از سرعت حرکتی؛ رفتاری (کلامی و غیر کلامی) خود بکاهند و رابخاطر ضعف و سستی طبیعی اش مورد سرزنش<sup>۷</sup> تحقیر<sup>۸</sup> و عیب جویی قرار ندهند. او نیازمند حمایت عاطفی؛ اجتماعی و روانی است چراکه ضعف جسمانی حمایت از او را ضروری کرده است<sup>۹</sup> بنابراین لازم است چتر حمایت خود را در ابعاد فوق بر سالمند بگسترند. از جمله حقوق دیگر سالمند از نگاه عموم مردم که در حدیث ذکر شده اجلال سالمند یا بزرگ شمردن او در ظاهر است. بزرگی به خاطر طول عمر و تجربه اش در زندگی و به خصوص تقدم او در آگاهیها و اعتقادات اسلامی قابل احترام و بزرگداشت است

با توجه با چنین حقی است که بایستی هنگام بگو و مگو و مجادله با او کوتاه آیند در هنگام راه رفتن از او پیشی نگیرند به او نسبت نادانی ندهند هر چند او چنین رفتار کند.

حق دیگری که براساس حدیث امام سجاد (ع) می توان برای سالمند لحاظ کرد حق اکرام سالمند است، با توجه به معانی لغوی اکرام نتیجه گرفتیم وقتی گفته می شود سالمند را اکرام نمایند یعنی او را نه تنها در ظاهر بزرگ شمارید بلکه او را عزیز و گرامی دارید و به سهولت و احترام او را حمایت نمائید و حریم او را در نظر آورده حفظ کنید آن چه مربوط به او و جزو حقوق او شمرده می شود مورد تجاوز قرار نگیرد.

سالمندی و وظیفه حاکمان

حاکمان در برابر سالمندان نیز وظایفی دارند که بر آنان فرض است به آن توجه کرده و در انجام آن کوتاهی نکنند. از جمله حقوق سالمند بر حاکم آن است که او را مورد حمایت اجتماعی<sup>۱۰</sup> معنوی و مادی قرار دهد چراکه سالمند تاجوان بوده جامعه و حکومت از او بهره برداری کرده اند و حال که روبه ضعف و سستی نهاده بر حاکم و جامعه فرض است که برای جبران تلاش هائی که در جوانی انجام داده اقدام کنند<sup>۱۱</sup> از چنین نگاهی می توان نتیجه گرفت نیازهای روزمره سالمند از قبیل ایجاد مراکز خدمت رسانی سالمند ان برای حضور مراقبین از سالمند در سنین ناتوانی و نیز جهت انزوای از آنان اقداماتی در خور انجام دهند. حاکمان هر چه خدمات اجتماعی؛ معنوی و مادی به سالمند را گسترش دهند؛ به انجام تعهدی که در سخن امام علی (ع) در زمینه حقوق سالمندان آمده است نزدیکتر شده اند. امام علی: از یتیمان خردسال و پیران سالخورده که راه چاره ای ندارند و دست نیاز بر نمی دارند پیوسته دلجویی کن که این مسئولیتی سنگین بردوش زمامداران است؛ گرچه حق تمام آسنگین است اما خدا آن را بر مردمی آسان می سازد که آخرت طلبند (۱۶).

سالمند از نگاه نقش والدینی

پدر و مادر چه سالمند چه غیر سالمند دارای حقوقی هستند که بر فرزندان فرض است برادای آن همت گذارند. حقوقی که این حق بصرف پدر و مادر شدن پدید میآید به طوری

کریمانه و گفتار بزرگوارانه بگوید برای آنان دعا نماید؛ نهایت تواضع و فروتنی رانسبت به آنان رعایت نماید جز به رحمت و رأفت به آنان نظر میندازد. صدا و دست او بالای صدا و دست آنان برنخاهد؛ جلوتر از آنان منشیند و خود را بر آنان مقدم ننماید.

### تشکر و قدردانی

در پایان از مرکز تحقیقات سالمندی ایران دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی به خاطر حمایت و نیز از دفتر مطالعات اسلامی در بهداشت روان انستیتو روان پزشکی تهران به خاطر ایجاد فضای کار و از سرکار خانم زهرا خلفی به خاطر حروف چینی و صفحه آرایی قدر دانی می نمایم.

که در قرآن حق پدر و مادر را به دنبال حق خداوند قرارداد؛ تا اهمیت حق آنان را گوشزد نماید. در روایات اسلامی نسبت به احسان و بر والدین توصیه‌های جدی شده است. احسان به پدر و مادر آن است که فرزند به خوبی باحالی خوش و با صبر و حوصله با آنان نشست و برخاست کرده باکسالت و چهره درهم با آنان روبه رونی شود و هر چه نیاز داشته باشند قبل از آن که وادار شوند از فرزند تقاضا در خواست کنند برای آنان فراهم آورد. هر وقت دیدنشان می رود با دست پر برود<sup>۱</sup> اگر یکی از آنان یا هر دوی آنان پیروند در صورتی که به خاطر پیری؛ ضعف و کم حوصلگی فرزند را ناراحت و دل‌تنگ کنند به آنان «اف» نگوید؛ حتی اگر به شدیدترین صورت با فرزند رفتار کنند صدای خود را در مقابل آنان بلند ننماید؛ با آنان سخن

- ۱- صادقی، زهره، زنجانی، حبیب اله، مجموعه مقالات سالمندی. تهران: گروه بانوان نیکو کار، ص الف، ۱۳۷۹.
- ۲- ابراهیمی، امراله، بررسی رابطه میزان افسردگی سالمندان مقیم خانه سالمندان بانگش و عملکردهای دینی آنها. اصفهان، گزارش پژوهشی مرکز تحقیقات علوم رفتاری در قلمرو اسلام معاونت پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ۱۳۷۶.
- ۳- بهرامی، فاضل، رمضان، عباس، گزارش نهائی طرح: بررسی نقش باورهای مذهبی (درونی و بیرونی) در سلامت روان و میزان افسردگی سالمندان مقیم مراکز بهزیستی و غیرمقیم. تهران: معاونت پژوهش دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، ۱۳۸۳.
- ۴- بوالهروی، جعفر، نوری، رضائی، آیات قرآنی در زمینه بهداشت روانی. تهران: انستیتو روانپزشکی. تهران و مرکز همکاری مشترک سازمان جهانی بهداشت، (۱۳۷۸).
- ۵- قرآن کریم، روم/ ۵۴، اسراء/ ۲۳، مریم/ ۱۴، نحل/ ۹۰، عنکبوت/ ۸، اسراء/ ۲۴، یوسف/ ۷۸، انعام/ ۱۵۱، ابراهیم/ ۱۴۱، احقاف/ ۱۵.
- ۶- مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، ج ۷ ص ۳۹۰، ج ۷ ص ۱۳۷، ج ۷ ص ۸۹، ج ۴ ص ۶۵. بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳.
- ۷- التمیمی، الامدی، عبدالواحد، غرر الحکم. بیروت: الاعلمی، ۱۴۰۷.
- ۸- الکلینی، ابوجعفر، الکافی، تصحیح الغفاری، علی اکبر، ج ۲ ص ۶۵۸. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۸.
- ۹- الحرانی، ابن الشعبه، تحف العقول من اخبار آل الرسول ترجمه کمره ای ص ۴۲۴. تهران: انتشارات اسلام. (۱۳۶۹).
- ۱۰- نوری، حسین بن محمد تقی (ق)، مستدرک الوسائل ومستنبط المسائل، ج ۶ ص ۱۵، ۲۹۲، ۳۹۴، ۳۹۳، ۱۷۷، ج ۱۴ ص ۶۵، ج ۱۵ ص ۱۷۶، ج ۲۱ ص ۴۹۱، ج ۱۵ ص ۱۷۳، ۱۷۵، ۱۸۰، ۱۸۲، ۱۸۱، ۲۰۰، ۲۰۳، ۲۰۲. بیروت: مؤسسه آل البیت، ۱۴۰۸.
- ۱۱- الطوسی، ابوجعفر، تهذیب الاحکام، ج ۶ ص ۲۹۲. بیروت: دار التعارف، ۱۴۰۱.
- ۱۲- العاملی، محمد بن الحسن، وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، تحقیق: الربانی الشیرازی عبدالرحیم ج ۶۱ ص ۱۰۲، ج ۵ ص ۲۶، ج ۲۱ ص ۴۴۹، ۴۹۱، ج ۱۱ ص ۱۴۹. تهران: کتابفروشی اسلامی، ۱۳۷۳.
- ۱۳- الصدوق، ابی جعفر، من لایحضره الفقیه، تحقیق: الغفاری، علی اکبر ج ۱ ص ۱۳۱، ج ۱ ص ۳۱۹. قم: مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۳۸۱.
- ۱۴- الطبرسی، ابو علی الفضل، مشکاه الانوار ص ۱۷۰، ۱۷۹. تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۸۵.
- ۱۵- دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا. تهران: مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ۱۳۷۳.
- ۱۶- امام علی (ع)، نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی خطبه: ۱۴۱، نامه ۵۳ ص ۵۸۲. تهران: انتشارات زاهد، ۱۳۸۰.
- ۱۷- الامام الرضا، علی بن موسی (ع) (ق). الفقه المنسوب الی الامام الرضا. مشهد: المؤتمر العالمی للامام الرضا (ع)، ۱۴۰۶.