

«بسم الله الرحمن الرحيم»

عنوان

راه های تقویت حیا و تاثیر آن بر آرامش زندگی

سیده لیلا موسوی^۱

چکیده:

از جمله صفاتی که در باطن بشر امانت گذاشته شده، حیا است. حیا یکی از عواملی است که وجود آن سبب تحکیم خانواده و تامین امنیت جامعه است. بنابراین آموزه های دینی و اسلامی حیا در فطرت انسان هاست که این خصلت اخلاقی مانند سایر خصلت های فطری قابلیت رشد و توسعه و همچنین افول و نزول دارد. جایگاه ممتازی در تعالیم دینی به خود اختصاص داده است. و خداوند در او کشتی قرار داده که او را به سمت حیا دعوت میکند. شاهد مثال در قرآن آمده است که به محض اینکه شرمگاه حضرت آدم و حوا نمایان شد آن دو با استفاده از برگ های درختان بهشتی برای خود پوششی درست کرده اند. هدف این پژوهش، بررسی این موضوع است که آموزه های اسلامی چه شیوه هایی را برای تقویت حیا در افراد توصیه نموده است که از جمله آنها می توان به تقویت ایمان و تقوا، یاد خدا، تلاوت قرآن، توکل بر خدا نام برد و همچنین توصیه نموده است تا با محور قرار دادن آنها، جامعه اسلامی شاهد آثار حیا در فرد و اجتماع باشد که از نتایج آن می توان به پیشگیری از گناه، کرامت نفس، عفت و پاکدامنی، انجام خوبی ها، محبت خداوند، پاک شدن گناهان و موفقیت اشاره کرد.

^۱. طلبه سطح ۲، حوزه علمیه فاطمه الزهرا (سلام الله علیها)، آبادان

کلید واژه ها: حیا، راههای تقویت حیا، تأثیر حیا بر آرامش زندگی، اسلام، قرآن و روایات، فطرت .

مقدمه:

در تمام ادیان الهی روابط انسان ها با یکدیگر، از جمله روابط زن و مرد نامحرم و والدین با فرزندان ضوابطی است که چنانچه این روابط از چهارچوب ضابطه‌مند خود خارج شود، آسیب های آن فرد خانواده و جامعه را درگیر خواهد نمود. بر این اساس، خالق حکیم علاوه بر امانت گذاشتن حیای فطری در آدمی به عنوان ارزش دینی که مساوی با عقل و ایمان است، با ارائه توصیه و ایجاد محدودیت های میان دو جنس به افزایش حیا در آنان کمک نموده و توجه به آن و تأمین سلامت جسم و روح و روان به هدف نهایی از خلقت دست یابد. به این ترتیب، تحقیق حاضر به منظور تبیین راه های تقویت حیا در خانواده و جامعه در پی پاسخ دهی به این سوال است که راه های تقویت حیات و تأثیر آن بر آرامش زندگی چگونه است؟ بدین منظور، ابتدا جایگاه حیا در آیات و روایات و سپس به چگونگی تقویت حیا در آرامش زندگی..... مورد بررسی قرار می گیرد .

در بررسی پیشینه این تحقیق علاوه بر روایات موجود در این زمینه، می توان به کتاب هایی همچون در محضر امیرالمومنین علیه السلام تألیف عباس رحیمی و کتاب حکمت عبادات نوشته آیت الله جوادی آملی میتوان اشاره کرد. پس با توجه به روابط ناسالم در جامعه و ترویج برخی آزادی های نامتعارف در جامعه اسلامی مواجه هستیم که این امر، ضرورت پرداختن به این موضوع را بیش از پیش نمایان می کند .

مفهوم شناسی حیا:

«حیا» در لغت، به معنی شرم، در تداول فارسی‌زبانان به معنی حیا و شرم و آزر باشد. و آن انحصار نفس است در وقت استشعار ارتکاب قبیح جهت احتراز و استحقاق مذمت.^۱ حیا از ریشه «ح ی و» یا «ح ی ی» به معنای شرم داشتن و منظور از آن خودداری از انجام دادن کارهای زشت به سبب ترس از سرزنش شدن است. در برخی لغتنامه‌های عربی، مصادر «استحیاء»، «توبه» (از رشید و اب) و «حشمت» (از ریشه ح ش م)، به منظور «حیا» هم معنای آن تلقی می‌شود. «وقاحت» (بیشرمی)، که حقیقت آن اصرار بر انجام دادن زشتی‌هاست معنای متضاد آن است.^۲ گاهی حیاء به جای «خجل» (تخیر ناشی از فرط حیاء) به کار می‌رود. اما به اعتقاد ابوهلال عسکری این کاربرد نوعی توسعه معنایی حیا است؛ زیرا احیا در اصل شرم کردن از انجام دادن کاری است که هنوز به وقوع پیوسته و خجل، شرمگین شدن در برابر امری است که انجام پذیرفته است.^۳

موارد حیا:

شرم و حیا هم سیره زبانی و هم سیره رفتاری انسان را در بر می‌گیرد که در اینجا به بعضی از موارد آن اشاره می‌کنیم:

حیا در نگاه: قرآن مجید برای حفظ عفت در جامعه؛ برای مردان و زنان وظیفه مشترکی را مقرر داشته و آن حیا در نگاه کردن است.

«قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ؛ وَ قُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا»^۴ ای رسول ما مردان مومن را بگو تا چشم‌ها از نگاه ناروا بپوشند و فروج و اندامشان را از کار زشت با زنان محفوظ دارند..... و زنان مومن را

۱. دهخدا، لغت نامه دهخدا، ص

۲. راغب اصفهانی، ج ۱، ص ۲۶۸

۳. بنیاد دائره المعارف اسلامی، دانشنامه جهان اسلام، ج ۱، ص ۶۶۶۴

۴. سوره نور آیه ۳۰ و ۳۱

بگو تا چشم‌ها از نگاه ناروا بپوشند و فروج و اندامشان را از عمل زشت محفوظ دارند و زینت و آرایش خود جز آنچه قهراً ظاهر می‌شود بر بیگانه آشکار نسازند. در آیه فوق کلمه «بغضوا» آمده به معنای کم کردن است.^۱ یعنی مومن باید نگاه خود را کوتاه کند.

حیا در راه رفتن: قرآن مجید از زنان خواسته است در راه رفتن نیز حیا را رعایت کنند.

«وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنْ زِينَتِهِنَّ»^۲ و آنطور پای به زمین نزنند که خلخال و زیور پنهان پاهایشان معلوم شود. این تکلیف به آن دلیل است که در آن زمان، زنان خلخال به پای می‌کردند به این علت است که از آنان خواسته شده که حتی از رساندن صدای خلخال به گوش مردان بیگانه خودداری کنند. یکی از وصیت‌های لقمان به پسرش این بود که روی زمین با تکبر راه مرو «ولا تمش فی الارضِ مرحا»^۳ و در زمین با غرور و تبختر قدم بردار. زیرا تواضع در راه رفتن؛ نشانه حیا است. البته این سفارش لقمان برای همه افراد اعم از زن و مرد است. همچنین حیا اقتضا می‌کند که فرزند در راه رفتن؛ از پدر و مادرش پیشی نگیرد. حیا در سخن گفتن: قرآن کریم از زنان پیامبر می‌خواهد که در سخن گفتن مواظب باشند و با طنازی صحبت نکنند.

«..... فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ.....»^۴ پس زنهار نازک و نرم با مردان سخن مگوئید مبادا آنکه دلش بیمار هوا و هوس است به طمع افتد هرچند مخاطب مستقیم آیه همسران پیامبرند ولی نمی‌توان حکم را منحصر به آنها دانست بلکه همه زنان مسلمان را در بر می‌گیرد. حیا اقتضا می‌کند که کیفیت محبت کردن به گونه‌ای باشد که موجب تحریک و تهیج نامحرم نگردد. از این رو

^۱. مکارم شیرازی، ص ۴۳۶

^۲. سوره نور، آیه ۳۱

^۳. سوره لقمان، آیه ۱۸

^۴. سوره احزاب، آیه ۳۲

فقها فرمودند: سخن گفتن زن با نامحرم و یا رساندن صدایش به نامحرم اگر به کیفیتی باشد که تهیج کننده و یا خوف فتنه باشد حرام است.^{۲۱}

شوخی کردن بی مورد مردان با زنان نیز از حیا به دور است. ابوبصیر می گوید در مسجد کوفه به زنی قرآن یاد می دادم که یک بار با او شوخی کردم روزی در مدینه حضور امام باقر علیه السلام شرفیاب شدم مرا سرزنش کرد و فرمود: هر کس در خلوت مرتکب گناه شود خداوند به او اعتنا نمی کند من از خجالت سر به زیر انداختم.

حضرت فرمود: توبه کن و دیگر با آن زن نامحرم، شوخی مکن.^{۲۲}

حیا در پوشش: پوشش انسان مسلمان باید با موازین شرع منطبق باشد و به کار و حیای او آسیب نرساند در این مسئله فرقی بین زن و مرد نیست حجاب حکم مسلم اسلام برای زنان و مردان است اسلام با لباس بدن نما و نازک مخالف است. چون حیا و عفت عمومی را مخدوش می سازد روزی اسما با جامه بدن نما و نازک به خانه پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم آمد حضرت روی خود را از او برگرداند و فرمود ای اسما زن وقتی به حد بلوغ رسید نباید جایی از بدن و اندامش دیده شود مگر صورت و دست ها.^{۲۳}

یکی از مصادیق حیا در پوشش پرهیز از شبیه ساختن زنان به مردان و بالعکس است پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله و سلم فرموده است خداوند مردانی را که شبیه زن می شوند و زنانی که خود را شبیه مرد قرار می دهند نفرین کرده است.^{۲۴}

بهتر است پدران و مادران در محیط خانه نیز پوشش مناسب داشته باشند تا حرمت ها شکسته نشود.

۱. خمینی، ص ۲۳۴

۲. استفتائات خمینی، ج ۸

۳. ری شهری، میزان الحکمه، برحذر داشتن از گناه در خلوت

۴. سنن ابی داوود، ص ۳۸۳

۵. مجلسی، بحار الانوار، ص ۲۴۲

قرآن کلام خداست و هر گاه راهی به اقلیم دل بیابد، آرامش ویژه‌ای در آن می‌گذارد. قرآن این مطلب را به این صورت بیان می‌کند:

« إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ »^۱.

مومنان حقیقی آنانند که چون ذکرِ خدا شود دل‌هایشان ترسان و لرزان شود و چون آیات خدا را بر آن‌ها تلاوت کنند بر مقام ایمانشان بیافزاید به خدای خود در هر کار توکل می‌کنند.

۴- توکل بر خدا

توکل همان خدا گرایی در همه ساحت‌های هستی و نتیجه را به خدا سپردن است. هرگاه انسان مومن، در درون قلب خویش به این حقیقت دست یابد همه هراس‌ها از روان او زایل می‌شود و در کنار خدای خویش آرام می‌گیرد.

«فَإِنْ تَوَلَّوْا فَقُلْ حَسْبِيَ اللَّهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ»^۲ پس ای رسول هرگاه مردم رو گردانیدند بگو خدا مرا کفایت است که جز او خدایی نیست، من بر تو توکل کرده‌ام و او رب عرش بزرگ است.

آثار و فواید حیا بر آرامش زندگی فردی و اجتماعی:

حیا در روایات اسلامی، کلید بسیاری از خوبی‌ها معرفی شده است و آثار و فواید فراوانی دارد. شناخت فواید حیا، اهمیت آن را بیشتر نمایان می‌سازد. به همین دلیل در اینجا به مهمترین آثار حیا اشاره می‌کنیم:

۱- پیشگیری از گناه

یکی از عوامل واپایش‌گریزه جنسی، حیاست. حیا نیروی بازدارنده از زشتی‌ها و گناهانی است که با آبرو و حیثیت انسان مرتبط است. امام علی (ع) می‌

^۱. انفال، آیه ۲

^۲. توبه، آیه ۱۲۹

فرماید: «من كساه الحياء ثوبه خفي على الناس عيبه»^۱ هر کس که شرم جامه خود را بر او بپوشاند، عیبش بر مردم پوشیده ماند.

۲- کرامت نفس

با شرم حیا و ترک گناه، انسان به کرامت حقیقی خود دست می یابد. امام علی(ع) می فرماید: از سخن هیچ کس راضی مشو، مگر اینکه از عقلش خشنود باشی و از عقل او راضی مشو مگر اینکه از حیای او راضی باشی، زیرا در طبیعت انسان، کرامت و پستی قرار داده شده است. اگر حیا نزد انسان قوی باشد، کرامت و بزرگ منشی نزدش قوی خواهد بود و اگر حیا نزد او ضعیف باشد، ذلت و پستی اش زیاد خواهد بود.^۲

۳- عفت و پاکدامنی

ایمان رابطه تنگاتنگی با عفت دارد. چون عفت، پرهیز از گرایش های حرام، به ویژه در زمینه های جنسی و مالی است. استمرار حیا، آدمی را به عفت و پاکدامنی سوق می دهد. از این رو در ادبیات مذهبی، واژه عفت و حیا در کنار هم به کار رفته است. امام علی (ع) می فرماید: «علی قدر الحياء تكون العفة»^۳ اندازه پاکدامنی به اندازه شرم و حیا بستگی دارد.

در برخی از روایات، عفت ورزی پس از باحیا بودن مطرح شده است و این، هم نشان دهنده ی تقدّم رتبی حیا بر عفت و هم نشان دهنده ی تقدّم عملی حیا بر عفت است؛ یعنی کسی که به حیا آراسته شود به عفت هم آراسته خواهد شد.

۴- انجام خوبی ها

بسیاری از خوبی ها از آثار حیاست. امام صادق(ع) می فرماید: «اگر تأثیر شرم و حیا نبود، احترام میهمان و وفای به عهد مراعات نمی شد. اگر حیا نبود، در قضای

۱. محمدی ری شهری، میزان الحکمه، ج ۳، ص ۲۲۱۰

۲. مجله پژوهشی و مطالعات علوم اسلامی، www.joiasas

۳. حسین الحسنی البیرجندی، عیون الحکم و المواعظ، ج ۱

حوایح و جلب نیکی ها و اجتناب از بدی ها اقدامی صورت نمی گرفت. بسیاری از فرایض، در پرتو حیا جامه عمل می پوشد، زیرا بعضی از مردم اگر حیا نبود و از ملامت دیگران نمی ترسیدند، مراعات حق پدر و مادر و ارحام خود را نمی کردند و اگر حیا نبود، امانت های مردم را رد نمی نمودند و از هیچ عمل منافی با عفت، چشم پوشی نمی کردند.^۱

محبت خداوند: پیامبر اسلام (ص) می فرماید: «ان الله يحب الحي المتعفف، و يبغض البدی السائل املحف»^۲ خداوند، باشرم پاکدامن را دوست دارد و از بی شرمی گدای سِمْج نفرت دارد.

۵- پاک شدن گناهان

امام سجاد (ع) چهار چیز را سبب پاک شدن گناهان میداند: «کار کردن به نفع مردم، راستگویی، شرمساری نزد خدا و مردم و خوش رفتاری با خانواده»^۳

۶- موفقیت

یکی از آثار گران سنگ حیا، کسب پیروزی و کامیابی در زندگی است. رسول خدا (صلی الله علیه و آله و سلم) نرمش، مهربانی، درنظر داشتن خدا، سلامت، دوری از بدی، خوش رویی، گذشت، پیروزی و خوش نامی در میان مردم را از فواید حیا ذکر کرده اند.^۴

نتیجه گیری:

حیا از جمله فضائل اخلاقی و از جمله بازدارنده هایی است که در واپایش رفتار انسان نقش دارد از همین رو باید راهکارهایی برای حفظ و تقویت حیا در جامعه و گسترش فرهنگ حیا اندیشیده شود. براساس این تحقیق، با تقویت ایمان و تقوا،

^۱. مجلسی، بحار الانوار، ص

^۲. محمد ری شهری، میزان الحکمه، ج ۳، ص ۲۳۷۶

^۳. صدوق، الخصال، ص ۲۲۲

^۴. بن علی ابن شعبه (حرانی)، ص ۱۷

یاد خدا، تلاوت قرآن و توکل بر خدا میتوان حیا را تقویت کرد. اگر حیا با موارد ذکر شده تقویت شود آثار گرانبهائی از جمله پیشگیری از گناه، کرامت نفس، عفت و پاکدامنی، انجام خوبی ها، محبت خداوند، پاک شدن گناهان و موفقیت را در پی خواهد داشت.

فهرست منابع :

※قرآن کریم

۱- نهج البلاغه

۲- بهائی، محمدبن حسین، کشکول یک، قم:صبح پیروزی ۱۳۸۸، چاپ دوم ۹۵۳ ۱۳۸۹، ۱۰۳۱ هجری قمری .

۳- بهائی، محمد بن حسین، کشکول ۲، قم: صبح پیروزی، ۱۳۸۸، چاپ دوم. ۱۰۳۱- ۹۵ ه.ق. ۱۳۸۹ ه.ش.

۴- پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، مترجمان: جعفر دلشاد، نصرالله شاملی،

۵- پسندیده، عباس، غنچه های شرم نگاهی نو به مفهوم حیا، قم: مدرسه علمی فرهنگی دارالحديث، ۱۳۸۶ هجری شمسی .

۶- پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، چاپ اول، ۱۳۸۵ هجری شمسی .

۷- پاک نیا تبریزی، عبدالکریم، عفاف سرچشمه زیبایی، قم، نوالزهراء، ۱۳۹۰.

۸- کلینی، محمد، اصول کافی، ترجمه: صادق حسن زاده، تهران، قائم آل محمد چاپ: دوم، ۱۳۸۵ هجری شمسی .

۹- راغب اصفهانی، حسین محمد، ترجمه و تحقیق الفاظ قرآن، ترجمه غلامرضا خسروی حسینی، تهران، مطب مرتضوی چاپ چهارم ۱۳۸۳ ه.ش.

۱۰- دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا

۱۱- عمید، لغت نامه فرهنگ عمید .

۱۲- فقیهی علی نقی، تربیت جنسی، مبانی، اصول و روش ها از منظر قرآن و حدیث، ویرایش محمد هادی خالقی، حسین پور شریف، مدرسه فرهنگی دارالحديث، چاپ یازدهم، ۱۳۹۴ هجری شمسی .

- ۱۳-پسندیده، عباس، غنچه های شرم نگاهی نو به مفهوم حیا، قم: مدرسه علمی فرهنگی دارالحدیث، ۱۳۸۶ هجری شمسی .
- ۱۴-بنیاد دایره المعارف اسلامی، دانشنامه جهان اسلام، بی جا بی تا .
- ۱۵-منسوب به جعفر بن محمد، امام ششم، مصباح الشریعۃ المنسوب امام صادق محقق و مصحح ندارد، بیروت اعلمی، چاپ اول، ۱۴۰۰ هجری قمری .
- ۱۶-سقلاطونی، مریم، به رنگ زندگی، قم، صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران مرکز پژوهش های اسلامی، ۱۳۹۱ ه.ش.
- ۱۷-حق جو، محمد حسین، خودسازی در مکتب قرآن و عترت، قم: انصار المهدی، ۱۳۸۱ ه.ش.
- ۱۸-گروه مولفان، جلوه های خدامحوری در زندگی، چاپ دوم، ۱۳۸۴ هجری شمسی.
- ۱۹-شرح نهج البلاغه، ابن ابی الحدید، کتابخانه آیت الله مرعشی نجفی، چاپ اول
- ۲۰-علی ابن شعبه، حسن، حرانی، مترجم، فریده مهدوی دامغانی، چاپ ۱، ناشر میراث شرق، ۱۴۰۰.
- ۲۱-صدوق، الخصال، مصحح علی اکبر غفاری، ج ۲، ناشر جماعه المدرسین بقم، سال نشر ۱۴۱۶ ق.
- ۲۲-مجلسی، محمد باقر، ج ۵۶، بیروت، ناشر دارالحیاء التراث العربی، چاپ اول.
- محمدی ری شهری، میزان الحکمه، قم، دارالحدیث، چاپ اول
- ۲۳-مقاله خاستگاه، عوامل و آثار شرم و حیا در نگاه قرآن و حدیث، علی خادم پیر، مجله بصیرت و تربیت اسلامی، چاپ ۱۳۹۴.
- ۲۴-احمدی، خدیجه، کریمی نیا، محمد مهدی، انصاری مقدم، مجتبی، مجله پژوهشی و مطالعات علوم اسلامی، سال چهارم، شماره ۳۴، www.joiasas.com
- ۲۵-مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۴، دارالکتب الاسلامیه،
- ۲۶-استفتائات خمینی، ج ۸
- ۲۷-ری شهری، محمد، میزان الحکمه، حدیث و آیات.
- ۲۸-سنن ابی داوود، ج ۲