

تأثیر حجاب بر آرامش روانی خانواده

نرگس استگی

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر حجاب بر آرامش روانی خانواده نگاشته شد. در این نوشتار به روش توصیفی تبیینی کارکردهای حجاب بر آرامش روانی خانواده بررسی شد. از آنجایی که حجاب بر آرامش روانی خانواده تأثیر فراوانی دارد و آسیب های ناشی از بد حجابی عامل مهمی در تضعیف کانون خانواده محسوب می شود لذا ضرورت دارد به این موضوع پرداخته شود. با بررسی های صورت گرفته مشخص شد، استحکام خانواده، بازدارندگی از فساد، تکریم زن، رشد و تربیت فرزندان، امنیت و سلامت روانی خانواده از مهم ترین کارکردهای حجاب بر خانواده می باشند. نتیجه آن که بین حجاب و آرامش روانی خانواده رابطه ی مستقیم وجود دارد و حجاب سبب افزایش آرامش روانی خانواده می شود.

کلید واژه ها: حجاب، آرامش روانی، خانواده

مقدمه

امروزه واژه حجاب در زبان عامه مردم و متون فقهی به معنای پوشش شرعی زنان به کار می‌رود. حجاب، بیش از آن که جنبه فردی داشته باشد، رفتاری اجتماعی است و یک دستور دینی محسوب و از مسائل مهم جامعه است لذا باید به طور جدی بدان پرداخته شود. بدون تردید حجاب و پوشش، تأثیرات بسیاری بر روح و روان افراد دارد. عدم توجه به مساله ی حجاب پیامدهای ناگواری برای افراد و جامعه دارد. خانواده به عنوان مهمترین نهاد و کانون بشری عنصر اساسی در تشکیل رشد و موفقیت یک ملت و کشور و سعادت هر جامعه مشروط به خوشبختی خانواده های آن جامعه است. حجاب کارکردهای فراوانی بر آرامش خانواده دارد. بررسی این کارکردها تأثیر بسیاری بر رشد و سعادت خانواده و به تبع اجتماع دارد. گرچه موضوع حجاب از ابعاد مختلفی مورد مطالعه و تحقیق قرار گرفته و کتب و مقالات فراوانی درباره آن تدوین گردیده که از آن جمله می توان به : کتاب حجاب من نوشته ی امین کشوری اشاره کرد که ایشان در این کتاب کوشیده است از منظری دیگر و با بیانی ساده و رسا به تحلیل و استدلال درباره بایستگی حجاب پردازد، هم چنین کتاب حجاب و عفاف در سبک زندگی ایرانی اسلامی نوشته ی امیرحسین بانکی، که نویسنده به حوادث و برخوردهای افراطی و تفريطی در زمینه ی حجاب و عفاف در زمان بعد از انقلاب می پردازد. و نیز مقاله با عنوان " بررسی مفهوم حجاب در متون اسلامی، جایگاه آثار و جلوه های تربیتی آن"، نوشته ی اکبر رهنما و دیگران، که در این مقاله به بررسی مفهوم حجاب و آثار تربیتی آن پرداخته شده است، اشاره کرد که در تلاش های صورت گرفته بیشتر درباره مفهوم حجاب و آثار آن به صورت کلی بحث شده است و به بررسی کارکردهای حجاب و تاثیرهای آن بر آرامش روانی خانواده کمتر توجه شده است، لذا نوشتار حاضر به دنبال آنست تا آثار حجاب را در آرامش روانی خانواده بررسی نماید.

۱- مفهوم شناسی

برای ورود به مباحث اصلی در ابتدا لازم و ضروری است مفاهیم کاربردی و اصلی پژوهش تبیین شود، لذا در این مبحث بدان پرداخته می شود.

الف- مفهوم حجاب

حجاب در لغت به معنای مانع، چیزی که بین دو چیز جدایی افکند، پوشاندن و پوشش (ستر) است.

1

به پرده حائل میان قفسه سینه و شکم، «حجاب حاجز» می گویند.^۲

امروزه واژه حجاب در زبان عامه مردم و متون فقهی به معنای پوشش شرعی زنان به کار می رود. حجاب، بیش از آن که جنبه فردی داشته باشد، رفتاری اجتماعی است، یعنی انسان عاقل مکلف، در جمع و هنگام مواجهه با دیگران، از حیث پوشش، الزامات و محدودیت‌هایی را می پذیرد که میزان آن در فرهنگ‌ها و ادیان و جوامع، متفاوت است. در باور دین‌داران، علی‌الاصول، الزامات و محدودیت‌ها و هنجارهای حضور در اجتماع را دین تعیین می کند.

استعمال این کلمه، بیش‌تر به معنی پرده است. در قرآن این کلمه در هفت مورد به کار رفته که بیش‌تر به معنای حاجز، مانع، حایل و پرده است. این کلمه از آن جهت مفهوم پوشش می دهد که پرده، وسیله پوشش است، ولی هر پوششی حجاب نیست؛ بلکه آن پوششی حجاب نامیده می شود که از طریق پشت پرده واقع شدن صورت گیرد.^۳

بر اساس آنچه امروزه در میان مسلمانان فارسی زبان به کار می رود، مراد از حجاب، «پوشش اسلامی» است،^۴ و مراد از پوشش اسلامی زن، به عنوان یکی از احکام وجوبی اسلام، این است که زن، هنگام معاشرت با مردان، بدن خود را بپوشاند و به جلوه گری و خودنمایی نپردازد.

بنابراین منظور از حجاب پوشش است که مانع آشکار شدن جسم می شود.

^۱ ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت، دار صادر، بی تا، ذیل واژه؛ زبیدی، محمد بن محمد، تاج العروس من جواهر القاموس، بیروت، دار الفکر، ۱۴۱۴ق، ذیل واژه

^۲ تهنوی، محمد علی، موسوعه کشف الفنون و العلوم، بیروت، چاپ رفیق العجم، ۱۹۹۶، ذیل واژه

^۳ مطهری، مرتضی، مساله حجاب، بی جا، صدرا، ۱۴۰۰، ص ۷۸

^۴ مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ش، چ سی و دوم، ج ۱۷، ص ۴۰۲

ب- مفهوم آرامش روانی

در برخی موارد تعریف آرامش با بیان حالات اضداد آن، از جمله ترس، هیجان، اضطراب و... مطرح می‌شود. از این رو، می‌توان گفت که آرامش، نوعی آسایش، آرام گرفتن، آسودگی و راضی شدن جسمانی، عاطفی و ذهنی است.^۱

در مقابل آرامش می‌توان از تنش و استرس نام برد. در فلسفه شرقی استرس به معنای نبود آرامش درونی است و در اصطلاح، حالتی از اضطراب است که وقتی حوادث و مسئولیت افزون بر آن مقداری که انسان بتواند با آن کنار بیاید تجربه می‌شود. به زبان فیزیولوژیایی استرس به میزان استهلاک و فرسودگی بدن است گفته می‌شود.^۲

توجه به این نکته مهم است که آرامش روان و روح دو مفهوم دارد: مفهوم مثبت و مفهوم منفی. آرامشی که همراه با خلاقیت نباشد، آرامشی منفی است و آرامش مثبت آرامشی است که همراه با خلاقیت و جولان هیجانات مثبت باشد. باید توجه داشته باشیم که آرامش تهی از خلاقیت و حساسیت‌های روحی، آرامش مثبت نیست.^۳ آرامش مثبت آرامشی است که به نحوی با ناآرامی در آمیخته و با حساسیت همراه است. آرامش منفی (آرامش غافلانه) این است که انسان حقایق را نفهمد و یا با فریب و تخدیر خود را آرام کند، اینکه خود را به غفلت زند و از عواملی که به سرنوشت و حیات معنوی او ارتباط دارد غفلت بورزد، منفی است و آرامشی همراه با بیم و اندوه و حساسیت نباشد غیر قابل قبول است.^۴

بنابراین به ثبات درونی و آسودگی خاطر روح که خالی از استرس و اضطراب است، آرامش روانی گفته می‌شود.

ج- مفهوم خانواده

خانواده گروهی است متشکل از افرادی که از طریق پیوند زناشویی، همخونی، و یا پذیرش (به عنوان فرزندان) با یکدیگر به عنوان شوهر، زن، مادر، پدر، برادر و خواهر در ارتباط متقابلند و فرهنگ

۱. کیانی، محمد حسین، "آرامش دینی"، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، بی تا، ج ۲۸۰، ص ۴

۲. سی وارد، برایان وارد، مدیریت استرس، ترجمه ی مهدی قراچه داغی، تهران، پیکان، ۱۳۸۱، ص ۱۷.

۳. فقیهی، علی نقی، "آرامش روانی در پرتو ایمان به خدا، پژوهشکده باقر العلوم"، بی تا، ص ۳۱۸

۴. همان، ص ۳۱۹

مشترکی پدید آورده و در واحد خاصی زندگی می‌کنند.^۱

هم چنین آمده است: خانواده واحدی اجتماعی است که بر اساس ازدواج پدید می‌آید.^۲

از نظر اسلام خانواده یک واحد اجتماعی است که هدف از آن در نگاه قرآن، تأمین سلامت روانی برای سه دسته است؛ زن و شوهر، پدر و مادر و فرزندان. همچنین هدف، ایجاد آمادگی برای برخورد و رویارویی با پدیده‌های اجتماعی است. هم چنان که در آیه ۷۴ سوره فرقان آمده: «وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا» کسانی که می‌گویند خدایا، ما را از همسرانمان نور چشمان ببخش و ما را رهبر پرهیزکاران گردان. « این آیه بر اهمیت خانواده و پیش‌آهنگی آن در تشکیل جامعه نمونه انسانی اشاره دارد، چنان که پیوندهای سالم و درخشان خانوادگی را ایده آل پرهیزکاران معرفی می‌کند. در درون واحد اجتماعی خانواده پدر و مادر از آغاز تولد کودکان به عنوان الگو برای آنان مطرح هستند، نقش و معنای اهمیت خانواده در بهسازی وضعیت بشر نیز در همین واقعیت نهفته است. در نگاه پیشوایان دین، باورها، چگونگی زندگی، عادت‌ها، تمایلات و اهداف والدین از مهمترین عوامل تأثیرگذار بر کودکان هستند. بنابراین نوع رفتار والدین در هماهنگ سازی خواست‌ها و تمایلات خودشان از یک سو و تمایلات خانوادگی و اجتماعی از سوی دیگر و همچنین تلاش پیوسته آنان برای تأمین رفاه و سلامتی روانی خانواده و نوع برخوردشان با وظایف دینی و اجتماعی از عوامل ایجاد هسته تعاون و همکاری اجتماعی در کودک شمرده می‌شوند.

۲- سیر تاریخی حجاب

بر طبق متون تاریخی در اکثر قریب به اتفاق اقوام و ملتها حجاب در میان زنان وجود داشته است هر چند فراز و نشیب‌های زیادی را طی کرده و گاهی با اعمال سلیقه‌ی حاکمان وقت شدت گرفته یا تخفیف یافته است ولی هیچ‌گاه به طور کامل از بین نرفته است. مورخان به ندرت از اقوامی بدوی یاد میکنند که زنان شان دارای حجاب مناسب نبوده یا به صورت برهنه در اجتماع ظاهر میشدند تعداد این اقوام به قدری نادر است که در مقام مقایسه - به قول اندیشمندان - قابل ذکر نیستند و شاید بتوان گفت، وجود برخی موانع سبب جلوگیری از بروز تمایلات و استعدادهای فطری و طبیعی

۱. ساروخانی، باقر، مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی خانواده، چاپ ششم، تهران، سروش، ۱۳۸۲، ص ۱۳۵

۲. همان، ص ۱۳۶

بنابراین پوشش اطرافیان در بلوغ زودرس کودک نقش مهمی دارد. کودکی که قبل از سن نوجوانی هر روز با بدن نیمه عریان مادر و خواهر مواجه است، زمینه ی تحریک جنسی در او سریع تر و زیادتر می شود و باعث ظهور زودرس علائم بلوغ جنسی می گردد. هم چنین پوشش های نامناسب والدین در مقابل فرزندان، حیاء و عفت را در دید و منظر آن ها کم اهمیت جلوه می دهد. بنابراین لازم است مادر قبل از پنج سالگی در مقابل کودکان پوشش مناسب داشته باشد تا تصویری که در ذهن کودک از مادر باقی می ماند، تصویری زیبا و آراسته باشد و الگوی مناسبی از پوشش در ذهن کودک نقش ببندد. آموزش حجاب باید در کودکی انجام شود و بر همین اساس تأکید شده که از کودکی، دختران را به حجاب عادت دهند» تا با این روش، از عادت کردن آنها به بی حجابی و بیگانگی با حجاب، پیش گیری شود.

ه- امنیت خانواده

یکی دیگر از کارکردهای مهم حجاب برقراری امنیت در خانواده است. یکی از طبیعی ترین و ضروری ترین نیازهای بشر امنیت است این اهمیت تا بدان جا است که بعضی از روانشناسان آن را جزو با اهمیت ترین نیازهای بشر که برای رشد و شکوفایی شخصیت انسان لازم است، دانسته اند که در صورت ارضا نشدن رشد شخصیت مختل می شود. اگر انسان ها در زندگی روزمره خود احساس امنیت نکنند و همواره ترس و دلهره داشته باشند به تدریج دچار اضطراب می شوند. در این میان زنان به دلیل ویژگیهای شخصیتی و موقعیت اجتماعی آسیب پذیری بیشتری دارند و طبعا نیاز به امنیت در آنها بیشتر احساس میشود زیرا در بین جوامع بشری همیشه مردانی وجود داشته اند و دارند که به دلیل نداشتن تربیت صحیح انسانی و یا بیمار دلی با دیدن کوچکترین صحنه برانگیزاننده جنسی، عنان اختیار از کف داده و به زنان بی حرمتی روا می دارند. در این شرایط زنان که در انظار عمومی بدن خود را به گذارند و باعث تحریک مردان میشوند ناگزیر باید منتظر آزار و اذیت این افراد فرصت طلب نمایش می نیز باشند. فرصت طلبی که ممکن است کانون گرم یک خانواده را به لرزه در بیاورد و گاهی نتایجی همچون آدم ربایی و قتل نیز را به دنبال داشته باشد و

سلامت روانی خانواده و اجتماع را به خطر بیاندازد.^۱

حجاب و پوشیدگی اگرچه برای زن در قانون تا حدی محدودیت می‌آورد ولی به او در برابر بسیاری از خطرهای، مصونیت میبخشد و امنیت جانی و روانی او را تامین میکند زن نه تنها در جامعه با پوشش خود بلکه با تمام رفتار خود می تواند الگوی تمام زنان باشد و اگر زن در جامعه به طوری وارد شود که جلب توجه نکند و خلاف قوانین عمل نکند امنیت و آرامش خود را بلکه به دنبال آن امنیت جامعه را نیز فراهم کند. زیرا خانه ها برای اهلشان مامن و پناهگاهند و لازمه استمرار روابط زناشویی و خانواده سالم داشتن تعهد و وفاداری، اعتماد، انصاف، صمیمیت پذیرش متقابل سعه صدر و تفاهم است با رعایت این اصول باید نسبت به همسران احساس مسولیت شود و در خانه و خانواده فضایی سرشار از امنیت عاطفی ایجاد می شود.^۲

ز- سلامت روانی

یکی دیگر از کارکردهای حجاب تامین سلامت روانی افراد خانواده است. از آن جا که زن، عواطف و احساسات قوی تری نسبت به مرد دارد، از نظر روانی نفوذپذیرتر است. این تأثر و نفوذپذیری وقتی از سوی شوهر باشد، باعث می شود وحدت و یگانگی روانی زن حفظ شود، اما وقتی از چند منبع باشد، یعنی زمانی که زن بدون حجاب در اجتماع نامحرم حاضر می شود، به آسانی تحت تأثیر روانی و عاطفی آنان قرار می گیرد و وحدت روانی او از بین می رود و با از بین رفتن وحدت روانی، دچار اضطراب و آشفتگی می شود؛ بنابراین، زنان با رعایت حجاب، بلندترین گام را پیش از هر چیز، در جهت سلامت روان خویش برمی دارند. در منابع اسلامی، درباره آثار روانی حجاب و بی حجابی، مطالب بسیاری وجود دارد. قرآن درباره کارکردهای حجاب می فرماید: «وَأَنْ يَسْتَعْفِفْنَ خَيْرٌ لَّهُنَّ»^۳ و اگر زنان، خود را بپوشانند، برای آنها (خیر) بهتر است. کلمه «خیر» که به معنای سود و نفع است، مطلق است و به دلیل اطلاقش، هم شامل نفع مادی و هم نفع معنوی می شود.

^۱. اسفندی، آسیه، "آثار حجاب در تحکیم مبانی اخلاقی و حقوقی خانواده"، پایان نامه کارشناسی ارشد معارف

اسلامی، دانشگاه آزاد میمه، ۱۳۹۷، ص ۱۲۰

^۲. همان

^۳. نور، ۶۰

یا در آیه دیگر می‌فرماید: «ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ»؛^۱ این کار (حفظ حریم بین زن و مرد)، برای پاک‌ی دل‌های شما و آن‌ها بهتر است.

بنابراین، طبق این دو آیه می‌توان گفت، اثر مهمّ حجاب برای زن، طهارت و پاک‌ی قلبی است که مقدمه‌ای برای رسیدن به سلامت قلبی (قلب سلیم) است و از آن در روان‌شناسی به «سلامت روانی» تعبیر می‌شود.

در روایات نیز به تأثیر روانی حجاب بر زن اشاره شده است. امام علی (علیه‌السلام) در وصیت خود به امام حسن (علیه‌السلام) می‌فرماید:

وَ اكْفُفْ عَلَيْنَهُنَّ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ بِحِجَابِكَ إِيَّاهُنَّ فَإِنَّ شِدَّةَ الْحِجَابِ أَبْقَى عَلَيْنَهُنَّ؛^۲ با حجاب خود، جلوی دیده‌آنان (زنان) را بگیر، زیرا هر چه در پرده باشند، بهتر می‌مانند و سالم‌تر هستند.

هم‌چنین آن حضرت در حدیث دیگری می‌فرماید:

صَيَانُهُ الْمَرْأَةَ أَنْعَمَ لِحَالِهَا وَ أَدْوَمُ لِحِمَالِهَا؛^۳ پوشش و حجاب برای حال زن بهتر است و سبب دوام زیبایی او می‌شود.

منظور از «حال زن» در این حدیث، وضعیت روانی اوست که رعایت حجاب، سبب تعادل آن می‌شود.

نتایج به‌دست‌آمده در تحقیق و پژوهش میدانی، بررسی رابطه بین نگرش به حجاب با سلامت روانی زنان نشان می‌دهد، بین میزان نگرش به حجاب و اضطراب دانش‌آموزان، رابطه معناداری وجود دارد؛ به عبارت دیگر، دخترانی که نگرش مثبت بالایی به حجاب دارند، از اضطراب کمتری برخوردارند.^۴

بنابراین رعایت حجاب عامل مهمی در حفظ سلامت روانی افراد خانواده است.

یافته‌های پژوهش

^۱ احزاب، ۵۳.

^۲ نهج البلاغه، نامه ۳۱.

^۳ تمیمی‌آمدی، عبدالواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، قم، بعثت، چ دوم، ۱۴۱۰ق، ص ۴۱۸.

^۴ رجبی، عباس، حجاب و نقش آن در سلامت روان، قم، انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی،

۱۳۸۸ش، ص ۱۵۰.

با بررسی های صورت گرفته مشخص شد، واژه حجاب در زبان عامه مردم و متون فقهی به معنای پوشش شرعی زنان به کار می رود. حجاب، بیش از آن که جنبه فردی داشته باشد، رفتاری اجتماعی است، لذا رعایت آن امری ضروری است. یکی از مهم ترین نهادهای اجتماعی که نقش بسزایی در جامعه دارد، خانواده است. حجاب کارکردهای فراوانی بر خانواده دارد که از مهم ترین این کارکردها می توان به استحکام خانواده، بازدارندگی از فساد، تکریم زن، رشد و تربیت فرزندان، امنیت و سلامت روانی خانواده اشاره کرد.

منابع و مأخذ

*قرآن کریم

*نهج البلاغه

۱. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت، دار صادر، بی تا
۲. اسفندی، آسیه، "آثار حجاب در تحکیم مبانی اخلاقی و حقوقی خانواده"، پایان نامه کارشناسی ارشد معارف اسلامی، دانشگاه آزاد میمه، ۱۳۹۷،
۳. پاک نژاد، رضا، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، تهران، انتشارات ناصر، ۱۳۶۴
۴. تهنانوی، محمد علی، موسوعه کشف الفنون و العلوم، بیروت، چاپ رفیق العجم، ۱۹۹۶
۵. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، قم، بعثت، چ دوم، ۱۴۱۰ ق
۶. حاجی عبدالباقی، مریم، حجاب در قرآن کریم، بی جا، بینات، ۱۳۸۶
۷. حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، تهران، اسلامیه، ۱۴۰۳ ق
۸. دورانت، ویلیام جیمز، تاریخ تمدن، بی جا، بهنود، ۱۳۹۳
۹. رجبی، عباس، حجاب و نقش آن در سلامت روان، قم، انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۸ ش
۱۰. زبیدی، محمد بن محمد، تاج العروس من جواهر القاموس، بیروت، دار الفکر، ۱۴۱۴ ق
۱۱. زمخشری، محمود، الکشاف عن حقایق و غوامض التنزیل، بیروت، دار الکتاب العربی، چ سوم، ۱۴۰۷
۱۲. سی وارد، برایان وارد، مدیریت استرس، ترجمه ی مهدی قراچه داغی، تهران، پیکان، ۱۳۸۱
- ۱۳- ساروخانی، باقر، مقدمه ای بر جامعه شناسی خانواده، چاپ ششم، تهران، سروش، ۱۳۸۲

۱۴. فقیهی، علی نقی، "آرامش روانی در پرتو ایمان به خدا، پژوهشکده باقر العلوم"، بی تا
۱۵. فرهادیان، رضا، آن چه والدین و مربیان باید بدانند، قم، رئوف، ۱۳۷۰
۱۶. کیانی، محمد حسین، "آرامش دینی"، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، بی تا
۱۷. مطهری، مرتضی، مساله حجاب، بی جا، صدرا، ۱۴۰۰
۱۸. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ ش، چ سی و دوم
۱۹. توضیح المسائل، قم، هدف، بی تا
۲۰. مطهری، مرتضی، حقوق زن و مرد از دیدگاه اسلام، تهران، بینش مطهر، ۱۳۹۱
۲۱. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۱۳ ق
۲۲. نوری، اعظم، "آثار اجتماعی حجاب در جامعه"، مؤسسه فرهنگی و اطلاع رسانی تبیان، ۱۳۹۵
۲۳. هدایت، مهدی قلی، خاطرات و خطرات، بی جا، زوار، ۱۳۸۹