



بررسی تأثیر حجاب بر بهداشت جسمی و روانی زنان

نام نویسندگان: سکینه مطیرزاده معرف^{۱*}، محمد مهدی محمدی^۲، سید محسن هاشمی^۳

۱- کارشناس بهداشت عمومی و فرهنگی معاونت فرهنگی دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

motavers@yahoo.com

۲- معاونت فرهنگی دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

۳- مدیر امور فرهنگی و فوق برنامه معاونت فرهنگی دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی بوشهر

Elmoh-hashemi@yahoo.com

چکیده:

پوشش و حجاب پرتویی از آفرینش الهی است که فلسفه وجودی آن حفظ مقام وساحت مادی و معنوی زن و مرد و زمینه ساز رشد و کمال آن هاست. اما مراتب عالی انسانیت است. از آنجاکه این موضوع نقش بارز و آشکاری در امنیت اجتماعی زنان دارد سعی شده همه این موضوعات با رویکرد آثار فردی و اجتماعی حجاب و رابطه آن با امنیت زنان ارائه گردد. در این مطالعه که با مروری بر مطالعات معتبر علمی سایت های معتبر انجام شده، بررسی تأثیر حجاب بر بهداشت جسمی و روانی زنان از منظر علمی و قرآنی بررسی گردیده است. بی تردید سلامت روانی از بزرگ ترین نعمت های الهی است که در زندگی انسان وجود دارد، به طوری که هیچ نعمتی به پایه وارزش آن نمی رسد. دین اسلام برای محفوظ نگه داشتن روان زن از عوامل آسیب زا، حجاب و عفاف را بر او واجب کرده است و به این ترتیب خوشی های مشروع را برای زن می پسندد و تأمین آن را در سایه عفاف مجاز میدانند. در واقع حجاب و پوشش که ثمره عفاف است، عاملی برای آرامش زن و دو ماندن او از عوامل اضطراب زا و در نهایت ایجاد رضایت و جلدان اوست. رعایت آن، علاوه بر این که موجب عمل به دستورات الهی میشود، شخصیت فردی اجتماعی و معنوی انسان محجوب و پاکدامن، سیر صعودی پیدا کرده و نردبان تعالی و تکامل را یکی پس از دیگری طی خواهد کرد و از سوی دیگر در تأمین بهداشت روحی و روانی و آرامش خانواده ها و ایجاد نورانیت و امنیت در جامعه نقش بسزایی ایفا میکند. نتیجه اینکه برای ایجاد فرهنگ حجاب و پوشش

مناسب در جامعه، باید ابتدا پایه های اعتقادی و بینش افراد نسبت به این موضوع را محکم کنیم و این، یعنی نهادینه سازی باورهای درست و فرهنگ سازی دقیق میباشد.

کلمات کلیدی: حجاب، بهداشت جسمی، بهداشت روانی، زنان

مقدمه

زن مسلمان با رعایت حجاب اسلامی، به تهذیب و تزکیه ی نفس و ملکات نفسانی می پردازد. امکان حرکت به سوی رسیدن به شأن و قرب الهی را برای خود فراهم می آورد و زمینه رشد معنوی مردان را به دلیل حفظ نگاه خود، تأمین می کند. چون زنان نیمی از جمعیت جامعه را تشکیل می دهند، نقش مهمی در حفظ و گسترش حجاب و پاکدامنی دارند. حجاب از لحاظ روان شناختی موجب خود از ارزشمندی افراد و در نتیجه، استحکام پیوند خانواده و استواری شخصیت آنان می شود و عزت نفس آنان را ارتقا می دهد. بر اساس مطالعات روان شناختی و جامعه شناختی، حجاب مانع افسردگی می شود و به سلامت روحی و روانی افراد کمک می کند. زنان با رعایت حجاب، تمایلی به خودنمایی ندارند و وسوسه های شیطانی آنان از بین می رود. زنان با رعایت این اصل مهم دینی، ایمنی و سلامت روانی نیمی از افراد جامعه تضمین، و به دنبال آن امنیت اجتماعی آنان تأمین می شود. حجاب باعث آرامش اجتماع، و ارتقای ارزش و منزلت زن مسلمان است. بین حجاب زنان و موفقیت ها و کمالات مادی و معنوی آنان رابطه ی مستقیم وجود دارد زیرا اضطراب و ناآرامی در میان آنان کمتر می شود. چون زنان بی حجاب معمولاً به دنبال مدگرایی، تجمل گرایی، پوشیدن لباس های متنوع و خود نمایی هستند، این عوامل موجب می شود فرد از مبدأ و معاد بی خبر شود و به ارزش ها و آرمان های اخلاقی توجه نکند. (۱)

در هر فرهنگی برخی از عناصر حالت ویژه ای پیدا کرده و به نمادی آشکار برای آن فرهنگ تبدیل می شوند. برای مثال در فرهنگ سرمایه داری سعی در ارائه تبلیغات علیه پوشش زنان و حمایت از ترویج برهنگی است و دست اندر کاران فرهنگی اساساً سعی بر جدا نمودن زن از حریم عفاف، حیا و ... دارند. به عکس در جامعه ایران یکی از نمادهای فرهنگی، پوشش اسلامی است و چون یکی از ارزش های اساسی نظام اسلامی است، به یک الگوی رفتاری عام در جامعه تبدیل شده است. (۸)

اسلام، با طرح پوشش زن، در حقیقت جواز حضور او را در اجتماع داده است و با دستورات حکیمانه و راه گشایی که در چگونگی منش و روش زنان داده، از سویی این نیروی عظیم را از تباه شدن و در گوشه ای بی هدف ماندن نجات داده است و از سوی دیگر جلوی فساد انگیزی و ناهنجاری های ناشی از اختلاط نامطلوب مرد و زن را گرفته است. بر این اساس، اگر همه افراد جامعه در مقابل سلامت نفسانی خویش مسئولند، زنان در این باره مسئولیت بیشتری بر دوش دارند. (۲)

از آنجاکه این موضوع نقش بارز و آشکاری در امنیت اجتماعی زنان دارد سعی شده همه این موضوعات با رویکرد آثار فردی و اجتماعی حجاب و رابطه آن با امنیت زنان ارائه گردد.

روش جستجو: این مقاله مروری بامراجعه به سایت های علمی معتبر و بررسی مقالات انجام شده باموضوعات مرتبط در تأثیر حجاب بر بهداشت جسمی و روانی زنان به انجام رسیده است.

یافته ها

حجاب تأمین کننده وحدت روانی زنان است و برای سلامت روانی آنها ضروری است؛ چرا که زن عواطف و احساسات قوی تری نسبت به مرد دارد و از نظر روانی نفوذپذیرتر از مرد است؛ یعنی بیشتر از مرد از عوامل محیطی متأثر می شود. این تأثیر و نفوذپذیری وقتی از کی منبع، یعنی از سوی شوهر باشد، باعث حفظ وحدت و یگانگی روانی زن می شود، ولی وقتی از چند منبع باشد - و آن زمانی است که زن بدون حجاب در اجتماع مردان نامحرم حاضر می شود و به آسانی تحت تأثیر روانی و عاطفی آنان قرار می گیرد - وحدت روانی اواز بین می رود و با از بین رفتن وحدت روانی، دچار اضطراب و آشفتگی می شود. (۲)

عفاف و حجاب در آیینه ی قرآن کریم

برای ایجاد فرهنگ حجاب و پوشش مناسب در جامعه، باید ابتدا پایه های اعتقادی و بینش افراد را نسبت به این موضوع، محکم کنیم و این، یعنی نهادینه سازی باورهای درست و فرهنگ سازی دقیق. بنابراین، تهدید و اجبار، هیچ گاه به عنوان اولین راهکار در قرآن کریم مطرح نشده است. ایها النبی، قل لزوجک و بناتک و نساء المؤمنین یدنین علیهن من جلابیبهن ذلک ادنی ان یعرفن فایؤذین و کان الله غفورا رحیماً؛ ای پیامبر به زنان و دختران خود و به زنان مؤمن بگو روسری های بلند بر خود بپوشانند، این عمل مناسب تر است تا (به عفت و پاک دامنی) شناخته شوند و مورد آزار قرار نگیرند و خداوند آمرزنده ی مهربان است (سوره احزاب). (۴)

سبب شناسی بدحجابی و بی حجابی

حجاب در لغت به معنی پوشش و در اصطلاح به این معنی است که زنان خود را از نامحرمان بپوشانند. حجاب در واقع دستوری است الهی از طریق خدای تعالی که بنا به فرمایش بزرگان زنان با رعایت آن به مقام والای انسانی خود خواهند رسید. در عین حال پوشش زن در برابر نامحرم، یکی از مسائل مهم است که در قرآن بدان تصریح شده و فقهای اسلامی، در واجب بودن آن اتفاق نظر دارند. بنابراین در اصول مطالب از جنب قرآنی و اسلامی آن تردیدی نیست در عین حال حجاب میتواند باعث سلامت روان جامعه نیز باشد.

عدم امنیت و آرامش

بدحجابی و پوشش نامناسب زن همیشه اندیشه ای ناصواب و وسوسه انگیز رات در ذهن و روان مردان برجای می گذارد و همین وسواس ممکن است تبعات بعدی را هم در پی داشته باشد، یکی از این تبعات، بالا رفتن سن ازدواج است؛ چرا که پسران جوان با دیدن زنان بدحجاب و دختران جوان، به جای آن که بیشتر در فکر ازدواج باشند، در فکر شهوترانی و هوی و هوس خواهند بود و این خطر وجود دارد که به ورطه سقوط و گمراهی کشانده شوند. (۳)

اگر زنان پوششی مناسب داشته باشند در امنیت و آرامش فردی و اجتماعی خواهند بود زیرا بیرون از خانه و یا در محل کار اگر پوشش مناسبی وجود داشته باشد، نگاه حرامی نیست که زن را در معرض حراج نگاه های هوس آلود قرار دهد. (۱)

شکی نیست که حجاب و پوشش تأثیر زیادی بر روح و روان زن دارد. عفاف و پوشیدگی زن، همچون سد و حفاظی است که در سایه آن از هر ذلت و تحقیری در امان می ماند. دین اسلام با واجب کردن حجاب، از اینکه زن بازپچه دست شهوت

پرستان باشد و ارزشش به میزانی پایین بیاید که فقط وسیله ای برای رفع شهوت ها در نظرآید، جلوگیری کرده است. اسلام در سایه حجاب، امکان حفظ شخصیت انسانی زن از آسیب های فردی و اجتماعی رابه او می دهد.(۲)

عدم توجه به آرمان ها و ارزش های اخلاقی

در دنیای مدرن و به اصلاح پیشرفته ی امروزی ،گاهی ارزش ها و آرمان های اخلاقی به دست فراموشی سپرده می شوند ،سلامت افراد آن جامعه به خطر می افتد و مشکلات فراوانی ایجاد می شود . در کشورهای اروپایی ، پوشش زنان پوشی نیست که زن را چون مروارید در صدف محفوظ نگه دارد. چون پوشش در جوامع غربی پوششی ناسالم است و باعث نگرانی در میان سیاست مداران و دولت مردان این کشورها شده است.نبودن پوشش مناسب باعث تحریک ،آزار و همچنین ایجاد مزاحمت هایی بسیار دلخراش برای زنان شده می شود. این رویکرد نتیجه ی بی توجهی به آرمان ها و ارزش های اخلاقی است.(۱)

بی تردید سلامت روانی از بزرگ ترین نعمت های الهی است که در زندگی انسان وجوددارد، به طوری که هیچ نعمتی به پایه و ارزش آن نمی رسد.(۲)

سلامت و بهداشت جسم در جامعه

عفت ورزی، زمینه فساد و انحراف، که باعث ایجاد، رشد و ترویج بسیاری از آلودگی های جسمی است را از بین میبرد و از این طریق نقش خود را در سلامت جسمی افراد جامعه ایفا می کند .انحرافات جنسی سبب ایجاد و افزایش بسیاری از بیماریهای پوستی و مقاربتی از قبیل :سیفلیس، سوزاک، ایدز و . . . میشود. بیماری ایدز که مهلک ترین بیماری عصر حاضر است از راههای اصلی انتقال این بیماری، فساد و روابط جنسی ناسالم است و بهترین راه کنترل این بیماری رعایت عفت جنسی و مراعات دستورات و احکام اسلامی است.(۳)

سلامت و بهداشت روانی در جامعه

رعات حجاب، به علت تاثیر زیاد آن در استحکام خانواده به عنوان پا یه و اساس اجتماع ونیز تاثیر آن درساخته شدن فرزندان (با تربیت صحیح) وپاک نگه داشتن محیط اجتماع از عوامل تحریک آمیز حیوانی، در سلامت و پاکی روان اجتماع مؤثر است . معلوم است وقتی کانون خانواده گرم وپر جاذبه باشد، ا ین گرمی واستحکام دربالا بردن روحیه عمومی مردم وجامعه تاثیر بسزا یی خواهد داشت .وقتی کودکان چنین خانواده ای با تربیت صحیح وتعالد روحیه وافکار مفید، پرورش افتند، درجامعه منشأ سازندگی، ترقی و تعالی میشوند .از طرفی با رعات حجاب، ر یشه بسیاری از تفاخرها، تکاثرها، اسرافها، تحرکهای بی موقع در اجتماع کنده خواهد شد و بذر فساد خشکیده میگردد و در عین حال زنان و مردان در صحن اجتماع بدون تشنجات فکری در کنار هم به تعامل می پردازند.

(۳)

دین اسلام برای محفوظ نگه داشتن روان زن از عوامل آسیب زا، حجاب و عفاف را بر او واجب کرده است و به این ترتیب خوشی های مشروع را برای زن می پسندد و تأمین آن را در سایه عفاف مجاز می داند. در واقع حجاب و پوشش که ثمره عفاف است، عاملی برای آرامش زن و دور ماندن او از عوامل اضطراب زا و در نهایت ایجاد رضایت وجدان اوست. (۲)

متأسفانه امروزه در اکثر جوامع بشری، این توقف شخصیت به عناوین مختلف تشویق و تبلیغ می شود. عرضه کردن زنان بی بند و بار و عشو فروش بر پرده سینما یا تلوزیون و امثال آن و الگو کردن آنان؛ یا نمایش شخصیت های کاذبی که به سرعت آدم میکشند و بر تصاحب زنان بسیار و نداشتن همسر و ویرانگری می بالند، از بدترین نمونه هایی هستند که دختران و پسران را از رشد و رسیدن به مرحله بلوغ روانی باز می دارد. (۲)

زنان هر کشور نیمی از افراد جامعه را تشکیل میدهند و سازندگان و پرورش دهندگان نسل آینده اند و در عین حال منبع انسانی بالقوه و مهمی در توسعه علمی، اجتماعی و فرهنگی کشور محسوب میشوند. بنابراین باید با در نظر

گرفتن جایگاهشان در نظام اسلامی شناخت موقعیت کنونی آنان به گونه ای برنامه ریزی شود تا امکان پرورش کامل استعدادهایشان مهیا گردد و با کاهش فاصله بین قابلیت های عملی زنان و مردان، بسیاری از مشکلات روانی، فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی حل شده و از طرفی تمام اعضای خانواده و اجتماع در بهره وری از این پدیده سهیم شوند. (۳)

آمارها نشان می دهد، برهنگی و آرایش هو س انگیز زنان در غرب، باعث برانگیختگی و جنون جنسی برخی مردان و جوانان شده است تا جایی که این وضعیت در بسیاری از موارد به حمله و تجاوز به عنف علیه زنان گردیده است. ازای نرو، این گونه زنان امنیت لازم را ندارند. (۲)

رعایت آن، علاوه بر این که موجب عمل به دستورات الهی میشود، شخصیت فردی اجتماعی و معنوی انسان محجوب و پاکدامن، سیر صعودی پیدا کرده و نردبان تعالی و تکامل را یکی پس از دیگری طی خواهد کرد و از سوی دیگر در تأمین بهداشت روحی و روانی و آرامش خانواده ها و ایجاد نورانیت و امنیت در جامعه نقش به سزایی ایفا می کند. (۳)

بحث

از این مقاله به خوبی این نکته فهمیده می شود و به دست می آید که مسئله حجاب، یکی از مهم ترین چارچوب های احکام الهی جهت تضمین سعادت فردی و اجتماعی بشریت است و اینکه عده ای با استفاده از شبّهات و روش های القایی تبلیغ منفی، به جای ارائه دادن طرح مشخص و جالبی برای ترویج الگوهای مطلوب از حجاب اصیل و برتر، به جنگ روحی و روانی علیه زنان متدین و عفیف جامعه و اضمحلال امنیت اجتماعی اقدام می نمایند، به سبّاهی و گمراهی آشکارند و باید بدانند که از اقدامات نابهنجار خویش سودی جز تخریب شخصیت درونی خود نخواهند برد.

نگاه اسلام به زن همراه با حرمت و کرامت است، اسلام در بدو پیدایش، زنان را از اسارت فرهنگ جاهلی نجات داد و قدر و منزلت و شخصیت انسانی از دست رفته آنان را در فرهنگ جاهلی مرد سالار احیاء کرد. اگر چه در دوران مدرن نیز اندیشه های فمینیستی مدافع حقوق زنان تلاش زیادی جهت رفع تبعیض از این قشر کرده اند اما در این راه دچار افراط شده اند و به نحوی زن

بودن زن و تفاوت‌های طبیعی بین دو جنس را فراموش کرده اند و روابط سالم بین دو جنس و حتی زنان و دختران را زیر چتر زنان همجنس باز، از بین برده اند و بدین طریق بنیان نظام خانواده را متزلزل کرده اند. مطرح شدن چنین اندیشه هایی در جهان و بالطبع در جامعه ما به دلیل گسترش ارتباطات جهانی؛ ضرورت بررسی تجویز ارزشهای اخلاقی همچون حجاب و عفاف و کارکردهای آن را بیش از پیش هویدا کرده است. (۵)

هرچه عفاف بیشتر رعایت شود رفتارهای جنسی نامشروع کاهش می‌یابد. با کاهش انحرافات جنسی، رفتارهای جنسی زن و شوهر که زمینه تولید فرزند است جنبه مشروع، اخلاقی و حتی مقدس پیدا می‌کند. در مقابل رفتارهای جنسی نامشروع نه فقط به پدید آمدن فرزندان نامشروع منجر می‌شود بلکه این رفتار نامطلوب پدر یا مادر به پرورش انحرافات جنسی در فرزندان می‌انجامد. نکته دیگر به تأثیر غیرمستقیم عدم رعایت عفاف در فرزندان باز می‌گردد. زن و شوهرهایی که انحراف جنسی دارند به وظایف والدینی خود به طور مناسب عمل نمی‌کنند و فرزندان آن‌ها در فضای بی‌اعتمادی، آشفتگی و دور از عواطف گرم پرورش می‌یابند. این فرزندان با احساس عزت نفس پایین رشد می‌کنند و زمینه بسیاری از انحرافات و بزهکاری هادر آنها بوجود می‌آید.

دین اسلام با تأکید بر ارزشهای اخلاقی همچون عفاف و پاکدامن و حجاب و پوشش، می‌خواهد حرمت و کرامت زن در عرصه اجتماع حفظ شود و استعدادهای خدادادی او در فعالیتهای صرف جنسی صرف نشود. بنابراین عفاف و حجاب در اسلام از یک مسئله کلی تر و اساسی تر ریشه می‌گیرد و آن این است که آیا تمتعات مرد از زن باید رایگان باشد؟ آیا مرد باید حق داشته باشد که از هر زنی در هر محفلی حداکثر تمتعات را ببرد یا نه؟ به عبارت دیگر مسأله این است که آیا کامیابی های جنسی باید محدود به محیط خانوادگی و همسران مشروع باشد، یا می‌تواند آزاد باشد و به محیط اجتماع کشیده شود؟ اخلاق جنسی اسلامی بر خلاف اخلاق جنسی غرب که مبتنی بر روابط آزاد بین مرد و زن به شرط رعایت آزادی دیگران است؛ می‌خواهد انواع التذاذات جنسی به محیط خانوادگی و به همسر مشروع اختصاص یابد و محیط اجتماع خالص برای کار و فعالیت باشد به همین جهت به زن اجازه نمی‌دهد که وقتی از خانه بیرون می‌رود موجبات تحریک مردان را فراهم کند و به مرد هم اجازه نمی‌دهد که چشم چرانی کند و در همین راستا بر ارزشهای اخلاقی همچون عفاف و حجاب تأکید می‌ورزد. (۵)

شخصیت و حجاب

شخصیت، مجموعه افکار، عواطف، عادت ها و اخلاقیات کی انسان است که به تمایز وی از دیگران می‌انجامد. به عبارت دیگر، مجموعه صفات و ویژگی های جسمی، روانی و رفتاری که هرانسان را از انسان های دیگر متمایز می‌سازد. بنابراین، هر فردی شخصیتی دارد که خود را با آن معرفی می‌کند و دیگران نیز او را با همان ویژگی ها می‌شناسند. در روان شناسی کمال، انسان رشد یافته، انسان خواستار تحقق خود معرفی می‌گردد. او کی فروم انسان رشد یافته را انسان بارور دانسته و معتقد است وی نیازهای روانی اش را از راه های زایا و خلاق ارضا می‌کند. (۷)

نتیجه گیری

زنان به عنوان نیمی از جامعه و عهده دار تربیت نیمه ای دیگر، از مهمترین نیروهای اجتماعی تأثیرگذار در ساخت تاریخ و حدوث تحولات مختلف اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی جامعه به شمار می‌روند. در جامعه برخوردار از فرهنگ دینی، ضمن قائل شدن جایگاه ویژه برای زنان، انتظارات گوناگونی از آنان نیز مطرح است که از جمله آن میتوان به مراعات پوشش در