



نقش حجاب و پوشش زن در سلامت روان

حجت السلام والمسلمین عباس رجبی *

چکیده

پژوهش حاضر رابطه حجاب و سلامت روانی در زنان را بررسی کرده که در این مورد به طور اختصار به هشت اثر روان‌شناختی حجاب اشاره شده است. گرچه موضوع حجاب از ابعاد مختلفی مورد مطالعه و تحقیق قرار گرفته و کتب و مقالات فراوانی درباره آن تدوین گردیده، ولی به بعد روان‌شناختی حجاب و تأثیرهای روانی آن بر زن، کمتر توجه شده است. این پژوهش در پی آن است تا با بررسی نقش پوشش در سلامت روانی، گامی کوچک در راه رفع این نیاز بردارد و به مربیان و مسئولان فرهنگی جامعه بینش تازه‌ای درباره تأثیرات روانی حجاب بر زنان و دختران، ارائه دهد.

کلیدواژه: حجاب، سلامت روانی، اضطراب، بدحجابی، تبرج.

مقدمه

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 می‌ماند. دین اسلام با واجب کردن حجاب، از اینکه زن بازیچه دست شهوت پرستان باشد و ارزشش به میزانی پایین بیاید که فقط وسیله‌ای برای رفع شهوت‌ها در نظر آید، جلوگیری کرده است. اسلام در سایه حجاب، امکان حفظ شخصیت انسانی زن از آسیب‌های فردی و اجتماعی را به او می‌دهد.

اهمیت حجاب زن به این دلیل است که حجاب نه فقط حافظ اخلاق و تجسم تقوی و عفت در سطح جامعه است، بلکه نوعی احترام گذاردن به زن مسلمان و محفوظ نگه داشتن وی از نگاه‌های گناه‌آلود مردان می‌باشد. چنانچه در روایتی از رسول خدا ﷺ نقل شده است: «لَا حُرْمَةَ لِسَاءِ أَهْلِ الدِّمَّةِ أَنْ يُنْظَرَ إِلَيْ شُعُورِهِنَّ وَ أَيْدِيَهُنَّ؛»^۱ زنان غیر مسلمان احترام و ارزش آن را ندارند که نگاه کردن به موها و دست‌هایشان ممنوع باشد». بنابراین، از نظر اسلام، حجاب و حفظ حریم زن، جزو حقوق زنان مسلمان است که هم خود آنان باید آن را رعایت کنند و هم مردان باید به آن احترام بگذارند و محروم شدن زنان غیر مسلمان از این حق، به دلیل مجازاتی است که اسلام برای آنان در نظر گرفته است.

اسلام، با طرح پوشش زن، در حقیقت جواز حضور او را در اجتماع داده است و با دستورات حکیمانه و راه‌گشایی که در چگونگی منش و روش زنان داده، از سویی این نیروی عظیم را از تباه شدن و در گوشه‌ای بی‌هدف ماندن نجات داده است و از سوی دیگر جلوی فسادانگیزی و ناهنجاری‌های 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.



شهید مطهری می‌گوید:

حقیقت این است که بدبختی‌ها و سیه‌روزی‌های قدیم زن، غالباً معلول این جهت بود که انسان بودن او به فراموشی سپرده شده بود و بدبختی‌های جدید او از آن جهت است که عمداً یا سهواً زن بودن او و موقعیت طبیعی و فطری‌اش، رسالتش، تقاضای غریزی‌اش و استعدادهای ویژه‌اش، به فراموشی سپرده شده است.^۲

مهم‌ترین دلیل حجاب زن در اسلام، جلوگیری از شیوع فحشا و فساد در جامعه و کنترل غریزه شهوت است. *قرآن کریم* وقتی در مورد کنترل این غریزه با عنوان وظایف اصلی مؤمنان، سخن می‌گوید، به آنان دستور می‌دهد که در کنترل شهوات و غرائز جنسی، راه اعتدال را پیش گیرند و از آن عدول نکنند.^۳ بنابراین، فلسفه اصلی حجاب از طرفی انحصار خواسته‌ها و کامیابی‌های جنسی به محیط خانواده و همسران مشروع است و از طرف دیگر جلوگیری از طغیان غریزه جنسی و گسترش فساد و تباهی اخلاقی و در نتیجه حفظ سلامت روانی زن و مرد می‌باشد.

گرچه موضوع حجاب از ابعاد مختلفی مورد مطالعه و تحقیق قرار گرفته و کتب و مقالات فراوانی در این باره تدوین شده است، ولی به بعد روان‌شناختی^۴ حجاب و تأثیرهای روانی آن بر زن، کمتر توجه شده است. این پژوهش در پی آن است تا با بررسی نقش پوشش در سلامت روانی^۵، گامی کوچک در راه رفع این نیاز بردارد و به مرئیان و مسئولان فرهنگی جامعه بینش تازه‌ای درباره تأثیرات روانی حجاب بر زنان و دختران، ارائه دهد.

تعاریف عملیاتی

حجاب: منظور از حجاب این است که زن تمام بدن خود جز صورت و دست‌ها را تا مچ ببوشاند و از خود نمایی و هر رفتاری که باعث جلب توجه نامحرم به ویژگی‌های زنانگی او شود، پرهیز کند.^۶

بدحجابی: هر نوع رفتار و عملی است که سبب جلب توجه نامحرم به ویژگی‌های زنانگی زن شود؛ مانند آرایش کردن، استفاده از صدای نازک و سخنان تحریک‌کننده، استعمال بوی خوش، نشان دادن زینت‌های بدن، استفاده از رنگ‌های شاد و جذاب، پوشیدن لباس‌های نامناسب، حرکات بدنی تحریک‌کننده، خلوت کردن با نامحرم و مانند آن.

سلامت روانی: قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور عادلانه و مناسب را گویند.^۷ به عبارت دیگر، سلامت روانی به آن حالت نسبتاً ثابت شخص گفته می‌شود که می‌تواند خوب سازش کند، رغبت و شوق زندگی دارد و در مسیر خودتحقیقی یا خودسازی قرار دارد.^۸

نقش حجاب در سلامت روانی زن

بی‌تردید سلامت روانی از بزرگ‌ترین نعمت‌های الهی است که در زندگی انسان وجود دارد، به طوری که هیچ نعمتی به پایه و ارزش آن نمی‌رسد. اهمیت این نعمت که در سخنان اولیای دین هم به آن اشاره شده است،^۹ به این خاطر است که تمام کارکردهای روانی و جسمانی، دنیایی و آخرتی انسان مبتنی بر سلامت روان است. در این میان، زنان به این دلیل که مسئولیت خانوادگی بیشتری دارند و در دو صحنه مهم زندگی یعنی، همسررداری و فرزندپروری نقش برجسته‌تری دارند، بیشتر مورد توجه اسلام قرار گرفته‌اند. از مجموعه دستورات خانوادگی اسلام می‌توان فهمید که زنان باید به میزان زیادی در زندگی رضایتمندی و نشاط داشته باشند. دین اسلام برای محفوظ نگه‌داشتن روان زن از عوامل آسیب‌زا، حجاب و عفاف را بر او واجب کرده است و به این ترتیب خوشی‌های مشروع را برای زن می‌پسندد و تأمین آن را در سایه عفاف مجاز می‌داند. در واقع حجاب و پوشش که ثمره عفاف است، عاملی برای آرامش زن و دور ماندن او از عوامل اضطراب‌زا و در نهایت ایجاد رضایت وجدان اوست؛ چرا که حجاب از بسیاری از عوامل ناامنی که در فکر و ذهن



است، جلوگیری می‌نماید، بنابراین حجاب موجب احساس امنیت و شرف زن است و توانایی درست فکر کردن و تصمیم‌گیری نیکو را به او می‌دهد.

حجاب تأمین‌کننده وحدت روانی زنان است و برای سلامت روانی آنها ضروری است؛ چرا که زن عواطف و احساسات قوی‌تری نسبت به مرد دارد و از نظر روانی نفوذپذیرتر از مرد است؛ یعنی بیشتر از مرد از عوامل محیطی متأثر می‌شود. این تأثیر و نفوذپذیری وقتی از یک منبع، یعنی از سوی شوهر باشد، باعث حفظ وحدت و یگانگی روانی زن می‌شود، ولی وقتی از چند منبع باشد - و آن زمانی است که زن بدون حجاب در اجتماع مردان نامحرم حاضر می‌شود و به آسانی تحت تأثیر روانی و عاطفی آنان قرار می‌گیرد- وحدت روانی او از بین می‌رود و با از بین رفتن وحدت روانی، دچار اضطراب و آشفتگی می‌شود.^{۱۰}

در منابع اسلامی درباره آثار روانی حجاب و بی‌حجابی فراوان بحث شده است. برای نمونه قرآن کریم درباره فلسفه حجاب می‌فرماید: «وَ أَنْ يَسْتَعْفِفْنَ خَيْرٌ لَهُنَّ؛^{۱۱} و اگر «زنان» خود را بپوشانند، برای آنها (خیر) بهتر است».

کلمه «خیر» که به معنای سود و نفع است، به دلیل اطلاقش، هم شامل نفع مادی می‌شود و هم نفع معنوی. در آیه ۵۳ سوره احزاب، سود و نفع حجاب آشکارتر بیان شده است: «ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَ قُلُوبِهِنَّ؛ این کار (حفظ حریم بین زن و مرد) برای پاک‌سازی دل‌های شما و آنها بهتر است».

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

در روایات نیز به تأثیر روانی حجاب بر زن اشاره شده است. امام علی علیه السلام در وصیت خود به امام حسن علیه السلام می‌فرماید: «وَ اكْفُفْ عَلَيْنَهُنَّ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ بِحِجَابِكِ إِيَّاهُنَّ، فَإِنَّ شِدَّةَ الْحِجَابِ أَبْقَى عَلَيْنَهُنَّ؛^{۱۲} (زنان را) در پرده حجاب نگاه‌دار تا نامحرم‌ها را ننگرند؛ زیرا که سخت‌گیری در پوشش، عامل سلامت و استواری آنان است».

همچنین آن حضرت در حدیث دیگری می‌فرماید: «صَيَانَةُ الْمَرْأَةِ أَنْعَمَ لِحَالِهَا وَ أَدْوَمَ لِحَالِهَا»^{۱۳} 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 بهتر آن می‌شود. در اینجا برخی آثار حجاب بر سلامتی و آرامش روانی زنان بررسی می‌شود که این آثار عبارتند از: امنیت، رشد روانی و عاطفی، ارزشمند شدن زن، تعدیل شدن غریزه خودنمایی و تبرج، افزایش احساس خود ارزشمندی، محافظت از عواطف انسانی زن، پایبندی به اصول اخلاق انسانی و حفظ استواری خانواده.

۱. امنیت^{۱۴}

امنیت، از نیازهای زیربنایی^{۱۵} رشد و شکوفایی شخصیت انسان است که در صورت ارضا نشدن، رشد شخصیت مختل می‌شود. مزلو معتقد است ارضای این نیاز مستلزم امنیت، ثبات، حمایت، ساختار، نظم و رهایی از ترس و اضطراب است.^{۱۶}

اگر انسان‌ها در زندگی روزمره و در محیط اطراف خود احساس امنیت نکنند و به طور دایم در ترس و دلهره به سر برند، به تدریج مضطرب خواهند شد. زنان به دلیل ویژگی‌های شخصیتی و موقعیت اجتماعی‌شان، آسیب‌پذیری بیشتری دارند، بنابراین نیاز بیشتری به امنیت دارند؛ زیرا در بین جوامع بشری همیشه مردانی وجود دارند که به دلیل نداشتن تربیت صحیح، به دنبال فرصتی برای سوء استفاده‌های جنسی از زنان می‌باشند؛ یا مردانی وجود دارند که با داشتن زمینه‌های انحراف که به تعبیر قرآن «فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ؛ بیمار دل»^{۱۷} هستند، با دیدن کوچک‌ترین صحنه مهیج جنسی، عنان اختیار را از کف داده و نسبت به زنان بی‌حرمتی روا می‌دارند.

بر این اساس، زنانی که در مکان‌های عمومی، ظاهر خود را به نمایش می‌گذارند و باعث تحریک مردان می‌شوند، باید منتظر آزار و اذیت این گونه افراد باشند. این آزارها که گاهی



حتی به آدم‌ربایی و قتل منجر می‌شود، زندگی، آرامش و سلامت روانی زنان بدحجاب را به خطر می‌اندازد.

آمارها نشان می‌دهد، برهنگی و آرایش هوس‌انگیز 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. از این‌رو، این‌گونه زنان امنیت لازم را ندارند.^{۱۸} ناامنی و خطری که زنان بدحجاب را تهدید می‌کند، در بعضی از آیات مورد توجه قرار گرفته است. در آیه ۵۹ سوره احزاب، بعد از اینکه به همه زنان دستور می‌دهد بدن خود را از مردان بیگانه بپوشانند، می‌فرماید: «... ذَالِكَ اَذْنِي اَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ؛ ... این کار برای اینکه شناخته شوند و در نتیجه مورد آزار قرار نگیرند، بهتر است.» در تفسیر قمی چنین آمده است:

زنان مسلمان به مسجد می‌رفتند و نماز جماعت را با پیامبر ﷺ می‌خواندند. هنگامی که ایشان برای خواندن نماز صبح و یا مغرب و عشا از خانه بیرون می‌رفتند، جوان‌ها بر سر راهشان می‌نشستند و به تعرض و آزار آنان می‌پرداختند. در این زمان، آیه ۵۹ سوره احزاب نازل گردید و بر پوشش زنان به عنوان حفاظ در مقابل آزار و اذیت دیگران تأکید ورزید.^{۱۹}

بنابراین، ایجاد امنیت از ثمرات مهم حجاب برای زنان است که در صورت فقدان آن، زنان آرامش خود را از دست می‌دهند و به ترس، اضطراب و استرس‌های روانی دچار می‌شوند.

۲. رشد روانی - اجتماعی^{۲۰}

از نتایج مهم حجاب و پوشیدگی که در سلامت روانی زن تأثیر مستقیم دارد، بلوغ و تکامل روانی و شخصیتی زن است. دکتر روحانی بین نتایج حجاب و عوامل بلوغ روانی در زن مقایسه‌ای انجام داده و به نتایج جالبی رسیده است. او در کتاب بررسی مسئله پوشیدگی/از

مرحله چهارم از مراحل و ادوار تکامل روانی انسان، مرحله تحرک یا دوران نهان تناسلی^{۲۱} نام دارد، که مهم‌ترین مرحله در بازشناسی اثر حجاب است. در سه مرحله قبل بین پسر و دختر تمایز چندانی وجود ندارد، ولی با شروع این مرحله، جدایی دو جنس در حالات روانی و بروز شخصیت، آغاز می‌شود. در این مرحله تفاوت پسران با دختران در نحوه سلوک اجتماعی یا برخورد با اشیای بیرونی و محیط پیرامون خویش است. پسران به طور معمول حالت تهاجمی و ستیزه‌جویی و نیز تمایل آشکار برای تسلط بر دیگران از خود نشان می‌دهند و در نتیجه به افرادی خودرأی، کله‌شق و دارای خویی آمرانه و تقلید از بزرگسالان تبدیل می‌شوند، اما به عکس در دختران حالت جذب و انقیاد و قدرت جلب توجه آشکار می‌شود و در نتیجه علاقه به پوشیدن لباس‌های زیبا، آرایش کردن، با عشوه سخن گفتن، با ناز قدم برداشتن و بروز حالات مادرانه در آنان طبیعی است.^{۲۲}

مرحله پنجم، مرحله تکامل بلوغ و تعیین هویت انسانی^{۲۳} است. در این مرحله پسران و دختران خصوصیات بلوغ و هویت انسانی خود را ظاهری می‌سازند، مردان صفاتی مانند آرامش، پذیرش و صبر و تحمل را به ویژگی‌های قبلی خود اضافه می‌کنند و به جای تسلط بر همه چیز، و از جمله همه زنان، میل به تسلط بر زندگی و خانواده خود را دارند. زنان نیز به جای تمایل برای جذب همه مردان و صرف تمام وقت و نیروی حیاتی در این راه، تنها به یک مرد (نامزد، شوهر) توجه کرده و بقیه توانایی‌های جسمی و روحی خود را صرف سازندگی می‌کنند.^{۲۴}



نویسنده در ادامه در مورد نتایج اختلال در مرحله چهارم، سخن می‌گوید و می‌افزاید:

در مرحله چهارم دو نوع اختلال ممکن است ایجاد شود. اول عوض شدن نقش پسر و دختر که خطر همجنس‌خواهی^{۲۵} از همین جا به وجود می‌آید، و دوم « تثبیت » در این مرحله و متوقف شدن رشد شخصیت است که باعث می‌شود پسران همیشه تشنه قدرت و خواهان تسلط بر دیگران باشند و دختران به موجوداتی کاملاً گیرنده تبدیل شده و همیشه اسیر توجه دیگران باشند. اینان مجبورند به طور دایم پذیرش خود را به خویشتن و سایرین اثبات کنند؛ از این روی چنین زنانی از سازندگی و به ویژه استقلال شخصیت باز می‌مانند.^{۲۶}

متأسفانه امروزه در اکثر جوامع بشری، این توقف شخصیت به عناوین مختلف تشویق و تبلیغ می‌شود. عرضه کردن زنان بی‌بند و بار و عشوه‌فروش بر پرده سینما یا تلویزیون و امثال آن و الگو کردن آنان؛ یا نمایش شخصیت‌های کاذبی که به سرعت آدم می‌کشند و بر تصاحب زنان بسیار و نداشتن همسر و ویرانگری می‌بالند، از بدترین نمونه‌هایی هستند که دختران و پسران را از رشد و رسیدن به مرحله بلوغ روانی بازمی‌دارد.^{۲۷}

نویسنده در ادامه به بیان بعضی از نتایج فردی و اجتماعی فرهنگ ابتدال می‌پردازد و می‌گوید:

زنان و مردانی که از چنین فرهنگی تأثیر می‌پذیرند، همیشه از زوال قدرت جلب و نفوذ، نگران و ناراضی‌اند و به شدت از روزگار پیری در هراسند، عطش رنج‌آور آنها برای پیروزی خاموش شدنی نیست. چنین زنان و مردانی طبیعتاً طعم محبت واقعی را نچشیده‌اند و مجالی برای مهرورزی، عشق و قبول مسئولیت ندارند. شاید به همین دلیل است که اکنون بیش از ۶۳ درصد خانواده‌های آمریکایی تک

والدی هستند؛ زیرا لازمه زندگی مشترک، گذشت، قبول مسئولیت، مهرورزی و محبت انسانی است و چنین خصایلی با ایده‌آل‌ها و نمونه‌های عرض شده در آن جامعه که هنری جز نفوذ بر دیگران و جلب توجه سایرین ندارند، در تعارض است. زندگی خانوادگی نه مکانی است برای تصاحب همه زنان و نه مجالی برای جلب توجه همه مردان.^{۲۸}

نویسنده سپس به تأثیر رعایت حجاب در رشد و تکامل شخصیت زن پرداخته و می‌گوید: در برابر این توصیه‌ها، ادیان توحیدی نیز شیوه‌ای توصیه کرده‌اند. یکی از مؤثرترین روش‌ها برای رشد شخصیت زن و آزادی از قید وابستگی به جلب توجه و خودنمایی، پوشیدگی و مستوری است. پوشیدگی برای دختران از زمره نیازهای اساسی برای رشد و بلوغ روانی در این مرحله است که باید در دوران نوجوانی تأمین شود. دختران با مستور نگه‌داشتن خویش به غیر از محدوده خانواده، در حقیقت اختصاصی بودن جلب‌توجه دیگران را می‌آموزند، تا بعداً نیز از این گیرندگی و جذابیت در محدوده خانواده به طور سازنده استفاده کنند و این نهاد مقدس را تحکیم بخشند. این تمرین (حجاب) در حقیقت تعدیلی است در برابر خواست طبیعی، اما خام مرحله چهارم رشد، که اقتضای آن جذب و گیرندگی بود. پوشیدگی دختران همانند رفتن به مدرسه در یک صبح سرد و زمستانی است که طبیعتاً با قبول رنج و تحمل فشار همراه است، اما برای هرز نرفتن نیروهای تعالی‌بخش و سازنده نوجوانان دختر و بعدها زنان، ضروری است. چنانچه آیات حجاب نیز بدان اشاره کرده است.^{۲۹}



۳. ارزشمند شدن زن

یکی دیگر از ثمرات حجاب برای زن، گرانبهاتر شدن او برای مرد و در نتیجه، به وجود آمدن عشق است که لذت‌بخش‌ترین عواطف انسانی است. نیاز به دوست‌داشتن و محبوب دیگران واقع شدن، که مزلو در سلسله مراتب رشد شخصیت به آن اشاره کرده، از نیازهای مهم هر انسان است. میزان این نیاز در زنان بیش از مردان است؛ زیرا موجودیت روانی و شخصیتی زن به این است که مورد توجه و محبت دیگران، به ویژه نزدیکانش مثل پدر، مادر، شوهر و فرزندان واقع شود، به طوری که اگر این جایگاه را نداشته باشد، امید خود را از زندگی از دست می‌دهد. به عبارت دیگر، شکست در عشق، شکست در همه چیز اوست.^{۲۰}

ویل دورانت نیاز اصلی زن در زندگی زناشویی را، مورد محبت و توجه مرد واقع شدن می‌داند و در این باره می‌نویسد: «زن وقتی زنده است که معشوق باشد و توجه به او مایه حیات اوست». همچنین بیان می‌کند:

می‌گویند زنان بیشتر به دنبال ستایش‌ها و تحسین‌های مطلق و مبهم مردانند و بیشتر می‌خواهند که مردان به خواست آنها توجه کنند و این امر از میل آنها به لذت جنسی بیشتر است؛ در خیلی از موارد لذت محبوب بودن، آنان را بیشتر خرسند می‌سازد.^{۲۱}

اگر زنان مورد بی‌مهری و بی‌توجهی قرار گیرند و یا تحقیر شوند، بیش از مردان در معرض ناراحتی‌ها و مشکلات روانی قرار می‌گیرند و سلامت روانی خود را از دست می‌دهند. آنان زمانی می‌توانند سلامت روانی خود را تأمین کنند که ارزش واقعی خود در جایگاه یک انسان را از دست ندهند. به همین دلیل در دین اسلام، توجه و محبت به زن، در سه مقطع زمانی مورد تأکید قرار گرفته است:

الف) زمانی که دختر بچه است: پدر و مادر در این زمان باید به او محبت کنند و به طور ویژه به او توجه نمایند؛

ب) بعد از ازدواج: در این مرحله باید مورد محبت زیاد شوهرش باشد؛

ج) زمانی که مادر می‌شود. در این زمان باید از طرف فرزندان مورد محبت و توجه خاص قرار گیرد.^{۳۲}

پرسش مهم این است که زن از چه راهی می‌تواند ارزش واقعی خود را حفظ کند؟ اسلام و سایر ادیان الهی، بهترین عامل حفظ ارزش زن را «حجاب» می‌دانند. بی‌تردید حجاب و خودداری‌های ظریفانه زن از برخی مسایل، او را در نظر مرد محبوب کرده، مرد را آماده فداکاری و جان‌فشانی برای او می‌کند. در واقع نقش مهم حجاب برای زن حفظ جایگاه معشوقیت اوست.

شهید مطهری می‌فرماید:

حریم نگه‌داشتن زن در میان خود و مرد، یکی از وسایل مرموزی بوده است که زن برای حفظ مقام و موقع خود در برابر مرد از آن استفاده کرده است. اسلام زن را تشویق کرده است که از این وسیله استفاده کند. اسلام به ویژه تأکید کرده است که زن هر اندازه متین‌تر، باوقاتر و عفیف‌تر حرکت کند و خود را در معرض نمایش برای مرد نگذارد، بر احترامش افزوده می‌شود.^{۳۳}

بنابراین، اهمیت حجاب زن به این دلیل است که نه فقط حافظ اخلاق و تجسم تقوی و عفت در سطح جامعه است، بلکه وجود چنین حکمی در اسلام، احترام گذاردن به زن مسلمان و محفوظ نگه‌داشتن وی از نگاه‌های گناه‌آلود مردان است. چنانچه در روایتی از رسول خدا ﷺ نقل شده است: «لَا حُرْمَةَ لِنِسَاءِ أَهْلِ الدِّمَّةِ أَنْ يُنْظَرَ إِلَيْ شُعُورِهِنَّ وَ أَيْدِيهِنَّ»^{۳۴} یعنی زنان غیر مسلمان چون در حریم دین‌داری و ایمان نیستند، نگاه کردن به آنها تا وقتی به قصد لذت‌بردن نباشد، اشکال ندارد.»

اگر زیبایی‌های زن به طور دایم در برابر دیدگاه مردان باشد و به نمایش گذاشته شود، آن زیبایی‌ها کم‌کم برای مردان عادی شده، از ارزش آن کاسته می‌گردد؛ در حالی که پوشش و حجاب نه فقط ارزش زن را کم نمی‌کند، بلکه برای او را برای مرد جذاب‌تر، رؤیایی‌تر و



ارزشمندتر می‌نمایاند؛ زیرا به گفته ویل دورانت:

حجب برای دختر، همچون وسیله دفاعی است که به او اجازه می‌دهد تا از میان خواستگاران خود، شایسته‌ترین آنان را برگزیند، یا خواستگار خود را ناچار سازد که پیش از دست یافتن بر وی، به تهذیب خود بپردازد. موانعی که حجب و عفت زنان در برابر شهوت مردان ایجاد کرده، خود عاملی است که عاطفه و عشق شاعرانه را پدید آورده و ارزش زن را در چشم مرد بالا برده است.^{۳۵}

خانم سیمون دوبووار،^{۳۶} دانشمند معروف فرانسوی می‌گوید:

دختران جوان دوست دارند، مردان، خود آنها را بخواهند، نه برقراری رابطه جنسی با آنان را؛ بنابراین نگاه‌های مردان در عین اینکه آنها را می‌ستاید، آزار هم می‌دهد. هوس مذکر به همان اندازه که تحسین است، توهین است. دختران طبیعتاً اگر احساس کنند مردان به بدن آنها نظر جنسی دارند، سعی می‌کنند خود را بپوشانند. شرم و حیا از همین جا معلوم می‌شود.^{۳۷}

ع. حجاب، تعدیل‌کننده غریز خودنمایی و تبرج

چون پوشش و حجاب، نقش مهمی در متعادل کردن غریزه خودنمایی و تبرج زن دارد، عامل مهمی در جلوگیری از بخش بزرگی از اضطراب‌ها و دغدغه‌های فکری زن است؛ زیرا آزادی زن در خودآرایی و به نمایش گذاردن جلوه‌های زنانه در بین جامعه، باعث افراط در تجمل و توجه به زیبایی‌های ظاهری می‌شود، که این توجه افراطی می‌تواند اختلال‌های روانی ایجاد کند.^{۳۸}

وقتی زن، با ظاهری آراسته در بین مردان حضور یابد، به طور طبیعی عده‌ای از مردان از او خوششان می‌آید و وی را تحسین و تکریم (ظاهری) می‌کنند؛ به همین دلیل، او به طور

دایم سعی می‌کند ظاهر خود را طوری آراسته کند که بیشتر مورد پسند واقع شود. معمولاً این زنان و دختران، برای اینکه زیباتر شوند، هر روز وقت زیادی را صرف آرایش و تقلید از مدهای جدید می‌نمایند. این روند می‌تواند ناراحتی‌های روانی زیادی را برای آنان ایجاد کند؛ زیرا همیشه کارها به دلخواه پیش نمی‌رود و باعث بروز نگرانی‌هایی برای آنها می‌شود. به طور مثال این تصور، که آیا با صرف این همه وقت و هزینه مالی توانسته‌اند جلب نظر کنند و مورد پسند آنان واقع شوند یا برعکس، مورد تمسخر و تحقیر آنانند، می‌تواند به طور دایم ذهن آنها را به خود مشغول کند و آنها را به موجوداتی نگران تبدیل نماید.^{۳۹}

دلیل دیگری که می‌تواند به نگرانی این زنان بیفزاید، این تصور است که هر لحظه رقیبی زیباتر از راه می‌رسد و شکار آنها را می‌رباید؛ و سومین دلیل ناراحتی و استرس همیشگی این افراد این است که مشاهده می‌کنند به مرور زمان از زیبایی‌هایشان کاسته می‌شود و زنان جوان‌تر و زیباتری جای آنها را می‌گیرند و نقش آنها را در ربودن دل‌ها کمتر می‌کنند، به ویژه وقتی می‌بینند همان مردانی که چندی پیش خریدار نازها و کرشمه‌های او بودند، دیگر حاضر به مرادده با او نیستند و به آنها ارزشی نمی‌نهند؛ در این زمان افسرده و مضطرب می‌شود و حتی گاهی اقدام به خودکشی می‌کنند.^{۴۰}

در کتاب *چهره عریان زن عرب* می‌خوانیم:

زیبایی، به نمایش برجستگی‌های بدن و آرایشی که اضطراب درونی و فقدان اعتماد به نفس را پنهان می‌کند، نیست بلکه پیش از هر چیز مدیون قدرت تفکر، سلامت جسم و کمال نفس است. چه بسیار دخترانی که به سبب شوق دستیابی به نشانه‌های مقبول زیبایی و زنانگی، به اختلالات روانی و اضطرابات گوناگون دچار نگردیده‌اند. گمان و تصور یک دختر این است که زندگی و آینده‌اش به اندازه بینی و یا خمیدگی مژه‌هایش بستگی دارد تا آنجا که حتی یک میلیمتر کوتاهی طول مژه نیز می‌تواند به مسئله‌ای جدی

و بحرانی واقعی در زندگی او تبدیل شود.^{۴۱}



آنچه این مشکل را حادثر می‌کند، این است که زنان بدحجاب، زودتر از دیگر زنان زیبایی خود را از دست می‌دهند؛ زیرا در علم پزشکی اثبات شده است که برهنگی اعضای زن در محیط گرم یا سرد، سبب به هم خوردن تعادل چربی‌های زیر پوست می‌شود؛ لطافت، ظرافت و صافی عضلات را به ناهمواری و مردانه شدن آنها، تبدیل می‌کند.^{۴۲} افزون بر این، وقتی زن تمام زیبایی‌های خود را به تماشای عموم بگذارد، چیز دیگری برای جلب نظر ندارد و بنا بر قانون عرضه و تقاضا، ارزش خود را از دست می‌دهد. بنابراین، بدحجابی هم از نظر جسمی و هم از نظر روانی، زیبایی زن را کاهش می‌دهد و این خود عاملی در تشدید سر خوردگی و ناراحتی‌های روانی زن است، این در حالی است که رعایت حجاب، سبب افزایش جذابیت و زیبایی زن می‌شود. در روایتی از امام علی علیه السلام آمده است: «رُكَاةُ الْجُمَالِ الْعِيفَاءُ»^{۴۳} عفت و حجاب، سبب افزایش و رشد زیبایی می‌شود. ایشان در روایت دیگر می‌فرماید: «صِيَانَةُ الْمَرْأَةِ أَنْعَمَ لِحَاهَا وَ أَدْوَمَ لِحَاهَا»^{۴۴} پوشش و حجاب به روح و روان زن بیش از هر چیز دیگر سلامتی می‌بخشد و سبب دوام زیبایی او می‌شود.

۵. افزایش احساس خود ارزشمندی در سایه حجاب^{۴۵}

حجاب، مانند سایر احکام اسلام که نشانه‌ای از یک مکتب و جهان‌بینی الهی است به زنان و دختران باحجاب احساس ارزشمندی و افتخار می‌دهد؛ زیرا جهان‌بینی الهی یعنی، داشتن ایمان به خداوند و اینکه آغاز و انجام جهان به دست اوست و ما بندگان اویسیم و زندگی و مرگمان برای اوست. این جهان‌بینی به زندگی انسان محتوا و ارزش می‌دهد و او را از احساس پوچی و در نتیجه شکنندگی و بی‌هویتی خارج می‌کند؛ محتوا و ارزشی که به خاطر آن زندگی می‌کند و در مقابل تمام مشکلات و سختی‌ها صبور می‌باشد.

وقتی زنان با این تفکر، حجاب و پوشش خود را حفظ می‌کنند، به خدا نزدیک‌تر می‌شوند و مورد لطف و رحمت او قرار می‌گیرند. افزون بر این، پوشش و حجاب، نزد انسان‌های مؤمن نیز مورد احترام است و جایگاه ویژه‌ای دارد. زنان باحجاب، حتی در نظر افراد غیرمسلمان

نیز به وقار و پاکدامنی شناخته می‌شوند و احترام ویژه‌ای دارند. به طور یقین چنین احساسی برای زن مسلمان و با حجاب، لذت‌بخش و آرامش‌دهنده است و باعث ایجاد حس ارزشمندی و احترام در وی می‌شود.

وقتی زن به دلیل ضعف ایمان، حجاب خود را رعایت نمی‌کند و از یک منبع آرام‌بخش بسیار قوی به نام دین محروم است، احساس پوچی و بی‌ارزشی^{۴۶} می‌کند؛ زیرا تکیه‌گاه محکمی برای خود و دلیلی برای زندگی نمی‌یابد. به‌ناچار برای رهایی از این احساس تخریب‌گر و رسیدن به پایگاهی فکری که بتواند به آن تکیه کند، تلاش می‌کند، ولی چون پایگاه منطقی و عقلانی قابل اعتمادی نمی‌یابد، سعی می‌کند در صورت توان، با روی آوردن به علم و تحصیل و به دست آوردن مدارج علمی و امثال آن، به زندگی خود معنایی بدهد (تجربه زندگی غربی نشان داده است این راه حل، موقتی و زودگذر است)، ولی اگر در این راه موفق نشود و نتواند پایگاه فکری (حتی ضعیف و ناقص) به دست آورد، به تدریج دچار احساس بی‌ارزشی و خلاء عاطفی می‌شود.

بی‌شک افراط زن در خودنمایی و برهنگی، می‌تواند یکی از رفتارهای روان‌نژندانه باشد که جبرانی برای خلاء عاطفی و شخصیتی وی است. بنابراین، می‌توان گفت که بی‌حجابی یا بدحجابی در زنان و دخترانی دیده می‌شود که از درون تهی هستند و پایگاه شخصیتی محکمی ندارند. در مقابل، کسانی که ثبات فکری و در نتیجه، ثبات عاطفی دارند، با وقار ترند و پوشش آنها مناسب‌تر است.

حتی اگر پوشش دختران تیزهوش و خلاق آمریکایی را با دختران معمولی آنان مقایسه کنیم، تفاوت آشکاری در آنها مشاهده می‌کنیم. بنابراین، بی‌حجابی و برهنگی حاکی از ضعف شخصیت و خودکم‌بینی و عدم ارضای صحیح میل خودنمایی، نیاز به احترام و عزت نفس است، در حالی که حجاب و پوشیدگی، اگر همراه با نگرش و باور دینی باشد این خلأها را پر می‌کند. بدحجابی و بدنمایی زنان نه فقط به آنها احساس ارزشمندی و عزت نفس نمی‌دهد، بلکه به خلأهای عاطفی آنان می‌افزاید و به تدریج در آنها انواع بیماری‌های روانی مثل اضطراب و افسردگی را ایجاد می‌کند و در نتیجه، سلامت روانی آنها را به مخاطره می‌اندازد.



۶. محافظت از عواطف انسانی زن با رعایت حجاب

متفاوت بودن میزان عواطف و احساسات از تفاوت‌های آشکار بین زن و مرد است. خداوند متعال احساسات و عواطف زن را قوی‌تر و متنوع‌تر از مرد قرار داده است. این عواطف نقش مهم و حیاتی در زندگی انسان دارد، به طوری که بدون وجود آن، ادامه زندگی ناممکن می‌شود. این نقش از دو نظر اهمیت دارد: اول اینکه منبعی مهم و عاملی اصلی برای آرامش زندگی زناشویی است^{۴۷} و دوم به علت مسئولیت و نقش مادری است که آفریدگار بر عهده زن قرار داده است. این مسئولیت و استعداد زمانی می‌تواند فعلیت پیدا کند که روح و روان زن سرشار از عواطف انسانی باشد و این عواطف را با تربیت فرزندان به آنها منتقل کند؛ عواطفی که جامعه انسانی به آن نیازمند است و تمام مشکلات دنیای کنونی بشریت از کمبود آنها سرچشمه می‌گیرد.

آنچه مهم است و باید به آن توجه کرد، این است که چگونه باید از این منبع بسیار باارزش محافظت کرد و در رشد و گسترش آن کوشید تا خرابی و فساد در آن راه نیابد و بشر از آن ضرر نبیند؟

اسلام، با واجب کردن حجاب، بهترین راه را برای حفظ و بقای عواطف و احساسات باارزش و انسانی زن تعیین کرده است. عواطفی که اگر در زن ناپود شود، نه فقط هسته روانی زن را تهدید می‌کند و او را دچار مشکلات روانی حاد می‌نماید، بلکه جامعه انسانی را نیز به نابودی می‌کشاند.

۷. حجاب و پایبندی به اصول اخلاق انسانی

یکی از ضروری‌ترین نیازهای بشریت در رسیدن به سلامت روانی، اخلاق و پایبندی به اصول آن است. انسان زمانی می‌تواند به سلامت و آرامش روانی برسد که در سایه ایمان و اخلاق زندگی کند. ایمان به خدا بزرگ‌ترین پایگاه درونی هر فرد است که می‌تواند به تمام اضطراب‌ها، نگرانی‌ها و ترس‌های او خاتمه دهد؛ چنانچه قرآن می‌فرماید: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»^{۴۸} فقط با یاد خدا دل‌ها آرام می‌شود؛ همان آرامشی که نتیجه سلامت روانی فرد است.



شرط اصلی پایبندی به اخلاق، پرهیز از سقوط در پرتگاه شهوات حیوانی است. پیامبر اسلام ﷺ ، بزرگ‌ترین زمینه سقوط اخلاق را افتادن مردان و زنان در دام شهوات جنسی می‌داند.^{۴۹} امام علی علیه السلام نیز در این باره می‌فرماید: «لَوْلَا النَّسَاءُ لَعُبِدَ اللَّهُ حَقًّا حَقًّا»^{۵۰} اگر بی‌حجابی و بی‌بندوباری زنان نبود، [آنقدر ایمان و اخلاق مردم خوب می‌شد که هیچ‌کس از خدا نافرمانی نمی‌کرد و] خداوند حقیقتاً مورد پرستش قرار می‌گرفت». همچنین امام رضا علیه السلام وجود روابط آزاد بین زن و مرد را علت بسیاری از جنایات و مفسدات اخلاقی معرفی می‌کند.^{۵۱}

برای اتقان بیشتر مطلب به چند روایت دیگر اشاره می‌کنیم:
رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمود: «مَا تُرِكَ بَعْدِي فِتْنَةٌ أَضَرَّ عَلَى الرَّجَالِ مِنَ النَّسَاءِ»^{۵۲} پس از [مرگ] من، برای مردان فتنه‌ای زیانبارتر از زنان نخواهد بود».

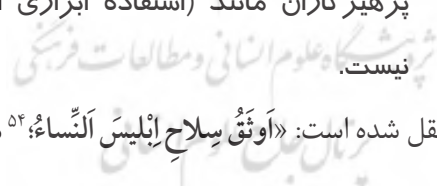
رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمود:

اتَّقُوا النَّسَاءَ فَإِنَّ إِبْلِيسَ طَلَّعَ رَصَادًا وَمَا هُوَ بِشَيْءٍ مِنْ فُخُوحِهِ بِأَوْثَقَ لَصِيدِهِ فِي الْأَتْقِيَاءِ مِنَ النَّسَاءِ.^{۵۳}

از زنان بپرهیزید؛ زیرا شیطان (از حالات درونی شما) بسیار آگاه و در کمین شماست و هیچ‌یک از دام‌های وی برای صید پرهیزکاران مانند (استفاده ابزاری از) زنان، مورد اطمینان نیست.

از رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم نقل شده است: «أَوْثَقُ سِلَاحِ إِبْلِيسَ النَّسَاءُ»^{۵۴} مطمئن‌ترین سلاح شیطان، زنان هستند».

بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت، حفظ اخلاق و ایمان جوامع و برقراری صلح و صفا به حفظ حجاب و حریم زن و مرد بستگی زیادی دارد. با توجه به این مسائل است که می‌توان به ارزش حجاب و پوشش زن پی برد و آن را عامل مهمی در حفظ اخلاق و راهی برای رسیدن به سلامت روانی دانست. ولتر^{۵۵} درباره نقش زن در حفظ اخلاق می‌گوید: «وظیفه زنان تهذیب اخلاق مردان است»^{۵۶} و نیز می‌گوید: «زن آفریده شد تا شیرازه سعادت و ارتقای موجودات پیوسته بماند»^{۵۷}.



۸. حجاب و حفظ استواری خانواده

از دیگر آثار و فواید حجاب که در سلامت روانی زنان تأثیر زیادی دارد، نقش حجاب در پایبندی همسران به پیمان مقدّس ازدواج است. حجاب و پوشش سبب می‌شود زن از نگاه‌های آلوده مردان هوس‌باز و گرفتار شدن به دام عشق‌های آزاد محفوظ بماند و به زندگی و خانواده خود وفادار باشد، اما شیوع بی‌حجابی و بی‌بندوباری، سبب می‌شود که مردان به جای توجه و محبت به همسران‌شان، به دنبال لذت‌جویی از زنان آرایش کرده کوچک و بزرگ باشند و زنان نیز از جلوه‌گری و طنازی برای به دام انداختن مردان بیگانه، ابایی نداشته باشند و در نتیجه عشق و علاقه بین همسران از بین رفته و باعث فروپاشی خانواده شود.

بنابراین، اهمیت حجاب و پوشش در اسلام به این دلیل است که نظام خانواده از گسستگی حفظ شود و اعضای آن از خطرات و آسیب‌های روانی بی‌بندوباری مصون بمانند. در حالی که آزادی زن در جلوه‌گری و نمایش زیبایی‌های زنانگی، آثار مخربی بر سلامت روانی خانواده و به ویژه خودش، دارد؛ زیرا مفهوم بی‌حجابی این است که زن مجاز باشد برای هر مردی، خودآرایی کند که ادامه این رفتار سبب خروج زن از خانه و آوارگی در کوچه و خیابان خواهد شد. این در حالی است که نشو و نمای نیروی فعال زن در خانه و خانواده است و تمام استعدادها و قدرت تأثیر فوق‌العاده‌ای که زن می‌تواند در رشد و تعالی جامعه انسانی داشته باشد، در سایه خانه و خانواده، شکوفا می‌شود. به گفته لمبروزو «برای زن نیکوترین دوره زندگانی، همان دوره‌ای است که همه نیروهای روحی و جسمی او صرف پرداختن به خانواده و جامعه می‌شود»^{۵۸}.

آزاد شدن از قید خانه و خانواده، به معنای از دست دادن آرامش و امنیت روانی است. خانه را مسکن گویند؛ زیرا محل سکونت و آرامش روحی برای انسان است. اگر زن این مکان امن و سکون و محل شکوفایی استعدادها و نیروهای درونیش را از دست بدهد، آرامش و سلامت روانی خود را نیز از دست خواهد داد. استرس‌ها و فشارهای روانی که امروز دامن‌گیر زنان غربی شده، به این دلیل است که بی‌بندوباری و داشتن روابط جنسی، سبب شده آنها

از زندگی در خانه بیزار شوند، وظیفه مادری خود را فراموش کنند، به جای آن در قید و بند رقابت‌های زندگی مدرن امروزی بیفتند و تمام ارزش‌های معنوی را فدای آن کنند. نتایج عشق آزاد و تأثیر آن در به خطر انداختن سلامت روانی زنان در جوامع مشهود است. برای مثال در شوروی (سابق) در نخستین سال‌های پس از انقلاب اکتبر، گرایش رسمی به عشق آزاد رواج یافت... انگلز^{۵۹}، فیلسوف و اقتصاددان آلمانی ۱۸۹۵-۱۸۲۵، زناشویی را یکی از شکل‌های تاریخی باقیمانده از سرمایه‌داری می‌پنداشت. بنابراین، در شوروی پیوند آزاد همچون زناشویی، مورد موافقت و شناخته شده بود و به نسبت گسترش شعور کمونیستی در توده‌ها، زناشویی بایستی به طور کامل از بین می‌رفت و عشق آزاد جانشین آن می‌شد. نتیجه این تجربه آشکار است؛ خودکشی زنانی که ترک شده بودند، نسبت به قبل شیوع بیشتری یافت؛ افزایش آهنگ سقط جنین به طور جدی در جمعیت این کشور اثر گذاشت و سلامتی (جسمی و روانی) تعدادی از زنان را به مخاطره انداخت. به طور غم‌انگیزی تعداد زیادی از کودکان ترک شده و آدم‌های خانه بدوش و آواره و جانی، کسانی بودند که از پیوند عشق آزاد به دنیا آمده بودند. خلاصه اینکه شوروی از دیدگاه اجتماعی، شکست تجربه عشق آزاد را پذیرفت.^{۶۰}

امروزه ما شاهد تکرار این تجربه تلخ در جوامع غربی هستیم و پیش‌بینی ویل دورانت از روند بی‌بندوباری در غرب به طور عملی تحقق پیدا کرده است. وی در این باره می‌گوید: «به زودی زمانی خواهد رسید که هیچ مردی نخواهد خواست با زنی که با هم از تپه زندگی بالا رفته بودند، پایین برود و ازدواج بی‌طلاق چنان نادر خواهد شد که باکره در شب زفاف»^{۶۱}. وضع کنونی جوامع غربی بر اثر آزادی بی‌حد و حصر زنان در خودآرایی و دلبری، از این هم بدتر شده و طبق آمارهای موثق، روز به روز به تعداد ازدواج‌های غیررسمی افزوده می‌شود. دکتر مک‌کیه مزرا درباره آثار مخرب آزادی روابط زن و مرد بر نظام خانواده، می‌گوید: «یکی از آثار بی‌بندوباری این است که مردان از تشکیل خانواده خوداری می‌کنند؛ زیرا لذت‌های جنسی برای آنها همیشه فراهم است و به آسانی می‌توانند به آن برسند، بدون آنکه بخواهند خود را در قید و بند خانواده و مشکلات آن قرار دهند»^{۶۲}.



شهید مطهری نیز در این باره می‌گوید:

فلسفه پوشش و منع کامیابی جنسی از غیر همسر مشروع، از نظر اجتماع خانوادگی این است که همسر قانونی شخص، از لحاظ روانی، عامل خوشبخت کردن او به شمار برود؛ درحالی که در سیستم آزادی کامیابی، همسر قانونی از لحاظ روانی یک نفر رقیب و مزاحم و زندانبان به شمار می‌رود و در نتیجه کانون خانوادگی بر اساس دشمنی و نفرت پایه‌گذاری می‌شود.^{۶۳}

برتراند راسل در اهمیت پیوندهای خانوادگی می‌گوید:

زناشویی نباید از نظرگاه عشق‌بازی‌های موقتی نگریسته شود. اگر این عشق‌های موقتی و زودگذری که در سر راه هر زوج ممکن است قرار گیرد، با تحمل و اندیشه برطرف نگردد، چه بسا که هر یک از دو زوج به سوی دیگری متمایل شده و زندگی آنها در هم ریخته شود و یک زناشویی تازه، شکوفه کند و این زناشویی تازه نیز خود دستخوش عشق زودرس دیگری شود که در صورت تداوم این وضع، چه بسا که به سرعت اساس خانواده مشترک در هم ریخته شود.^{۶۴}

خانم لمبروزو نیز می‌گوید:

بارها دیده شده است در ممالکی که (زن‌ها) بیشتر طنز و دلبری می‌نمایند، مردها نسبت به آنها بدبین بوده و از قبول زناشویی سر پیچی می‌کنند و بارها مشاهده شده است که حتی بعد از تشکیل خانواده در اثر آشنایی مردان با اینگونه زنان، نفاق و جدایی میان همسرها تولید گشته است.^{۶۵}

پی نوشت:

۱. عبدالعلی بن جمعه الحویزی، *تفسیر نور الثقلین*، ج ۳، قم، انتشارات المطبعه العلمیه، ۱۳۸۳ق، ص ۵۹۱.
۲. مرتضی مطهری، *مجموعه آثار*، ج ۱۹، تهران، انتشارات صدرا، ۱۳۷۹ هـ.ش، ص ۳۰.
۳. ر.ک: مؤمنون: ۵- ۷

4. Psychological

5. Modesty; Chaste

۶. علی اکبر دهخدا، *لغت نامه*، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۷۳.
۷. سازمان جهانی بهداشت به نقل از بهروز میلانی فر، *بهداشت روانی*، تهران، انتشارات قومس، ۱۳۷۴، ص ۱۵.
۸. علی اکبر شعاری نژاد، *فرهنگ علوم رفتاری*، تهران، انتشارات امیر کبیر، ۱۳۷۵، ص ۲۳۸.
۹. ر.ک: میرزا حسین نوری، *مستدرک الوسایل*، ج ۲، بیروت، انتشارات مؤسسه آل البیت لاحیاء التراث، ۱۹۸۷، ص ۱۴۳.
۱۰. ر.ک: زینب جلالی، *جزوه حجاب از دیدگاه روان شناسی*، قم، انتشارات مؤسسه امام خمینی (ره)، ۱۳۸۲.
۱۱. نور: ۶۰.
۱۲. محمد بن الحسن رضی، *نهج البلاغه*، ترجمه محمد مهدی فولادوند، تهران، انتشارات صائب، ۱۳۸۰، نامه ۳۱.
۱۳. مستدرک الوسایل، ج ۱۴، ص ۲۵۵.

14. Safety

۱۵. طبق نظریه مزلو، هر فردی دارای تعدادی نیازهای ذاتی است که فعال کننده و هدایت کننده رفتارهای اوست. این نیازها گریزی هستند، اما رفتارهای انسان که برای ارضای این نیازهاست، آموختنی است. نیازهای ذکر شده توسط مزلو دارای سلسله مراتب است که از لحاظ اهمیت از کم به زیاد به این ترتیب قرار می گیرند: نیازهای فیزیولوژیکی، نیازهای ایمنی، نیازهای عشق و تعلق، نیازهای حرمت، نیاز به خودشکوفایی. (آبراهام مزلو، *انگیزش و هیجان*، ترجمه احمد رضوانی، مشهد، انتشارات آستان قدس رضوی، ۱۳۷۲)
۱۶. به نقل از دوران شولتز، *نظریه های شخصیت*، ترجمه یوسف کریمی و همکاران، تهران، انتشارات ارسباران، ۱۳۷۸.
۱۷. احزاب: ۳۲



۱۸. عباس رجبی، *حجاب و نقش آن در سلامت روان*، قم، انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹، ص ۱۰۷.

۱۹. علی بن ابراهیم قمی، *تفسیر القمی*، ج ۲، بیروت، انتشارات دارالسرور، ۱۴۱۱، ص ۱۹۶.

20. Psychosocial-Development

21. Prenatal Stage

۲۲. شهریار روحانی، *آیا حجاب ضرورت دارد؟ (بررسی مسئله پوشیدگی از دیدگاه روان شناسی)*، تهران، نشر اشراقیه، ۱۳۶۹، ص ۲۳.

23. Self- Identity

۲۴. *آیا حجاب ضرورت دارد؟ (بررسی مسئله پوشیدگی از دیدگاه روان شناسی)*، ص ۳۲.

25. Homosexuality

۲۶. *آیا حجاب ضرورت دارد؟ (بررسی مسئله پوشیدگی از دیدگاه روان شناسی)*، ص ۲۵.

۲۷. همان، ص ۳۵.

۲۸. همان، ص ۴۹.

۲۹. همان، ص ۵۱.

۳۰. *حجاب و نقش آن در سلامت روان*، صص ۱۱۴.

۳۱. ویل دورانت، *لذات فلسفه*، ترجمه عباس زریاب، تهران، انتشارات سازمان انتشارات آموزش انقلاب اسلامی، ۱۳۶۹، صص ۳۴ و ۱۳۵.

۳۲. ر.ک. محمدبن الحسن الحر العاملی، *وسائل الشیعه*، ج ۲۰، قم، انتشارات مؤسسه آل البیت، ۱۴۰۹ هـ.ق، ص ۲۳؛ همان، ج ۲۱، ص ۶۷؛ محمدبن یعقوب کلینی، *الکافی*، ج ۵، تهران، انتشارات دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۶۷ هـ.ش، ص ۳۲۰.

۳۳. *مجموعه آثار*، ج ۱۹، ص ۴۴۱.

۳۴. *تفسیر نورالثقلین*، ج ۳، ص ۵۹۰.

۳۵. ویل دورانت، *تاریخ تمدن*، ج ۱، ترجمه احمد آرام و همکاران، تهران، انتشارات سازمان و انتشارات و آموزش انقلاب اسلامی، ۱۳۷۰، ص ۶۰.

36. Beauvoir,S.D.

۳۷. دوبوار سیمون، *جنس دوم*، ترجمه حسین مهری، تهران، انتشارات طوس، ۱۳۶۰، ص ۵۶.

۳۸. *حجاب و نقش آن در سلامت روان*، ص ۱۲۰.

۳۹. همان، ص ۱۲۱.

۴۰. همان، ص ۱۲۲.

۴۱. نوال السعداوی، *چهره عریان زن عرب*، ترجمه حمید فروتن و رحیم مرادی، بی‌جا، ۱۳۵۹ هـ.ش، ص ۱۶۷.
۴۲. سید رضا پاکنژاد، *ولین دانشگاه و آخرین پیامبر*، ج ۱۹، یزد، انتشارات فرهنگی شهید پاک‌نژاد، ۱۳۶۵ هـ.ش، شماره ص ۶.
۴۳. مستدرک الوسائل، ج ۷، ص ۴۶.
۴۴. همان، ج ۱۴، ص ۲۵۵.

45. Self- Worth

46. Worthlessness

۴۷. رک: روم: ۲۱
۴۸. رعد: ۲۸
۴۹. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۱۵۹.
۵۰. *وسائل الشیعه*، ج ۲۰، ص ۳۵.
۵۱. همان، ص ۳۱۱.
۵۲. ابوالقاسم پاینده، *نهج الفصاحه*، تهران، انتشارات جاویدان، ۱۳۶۰ هـ.ش، ج ۲۵۷۲، ص ۵۳۳.
۵۳. همان، حدیث ۵۰، ص ۱۰.
۵۴. همان، حدیث ۹۷۰، ص ۱۹۶.

55. Voltaire

۵۶. به نقل از: احمد زراوندی، *افکار جاویدان*، تهران، انتشارات معراجی، بی‌تا، ص ۸۱.
۵۷. همان
۵۸. جینا لمبروزو، *روح زن*، ترجمه حسام شهرتیس، تهران، انتشارات دانش، ۱۳۶۹، ص ۹.

59. Enjels

۶۰. لپ اینیاس، *روانشناسی عشق ورزیدن*، ترجمه کاظم سامی و محمود ریاضی، تهران، انتشارات چاپخش، ۱۳۶۹ هـ.ش، ص ۱۸۹.
۶۱. *لذات فلسفه*، ص ۱۷۰.
۶۲. مکیه مزا، *مشکلات المرأة المعاصره*، مکه المکرمه، انتشارات دارالمجتمع، ۱۴۱۰ هـ.ق، ص ۳۵۴.
۶۳. *مجموعه آثار*، ج ۱۹، ص ۴۳۷.
۶۴. برتراند راسل، *زناشویی و اخلاق*، ترجمه مهدی افشار، تهران، انتشارات کاویان، ۱۳۵۵ هـ.ش، ص ۲۷۳.
۶۵. *روح زن*، ص ۴۷.

