
بررسی عوامل مبنایی افراط در «مدیریت بدن» با تأکید بر بیانیه

گام دوم

بی بی وحیده هاشمی^۱

چکیده

در بیانیه گام دوم بر موضوع سبک زندگی و زیانهای بی جبران اخلاقی، اقتصادی، دینی و سیاسی که به کشور و ملت ما در ترویج سبک زندگی غربی وارد گردیده تأکید شده است. سبک زندگی مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری نسبتاً پایدار است که از بینش‌ها و ارزش‌های انسان متأثر و به صورت عینی در رفتار او متجلی می‌شود؛ از این رو اصلاح سبک زندگی از راه اصلاح باورها امکان پذیر است. بازسازی پدیدار بیرونی بدن انسان یا «مدیریت بدن» یکی از موضوعات سبک زندگی است. توسعه مادی‌گرایی امروزه سبب شده برخی افراد به‌طور فزاینده‌ای به بعد ظاهری خویش توجه نمایند و افراط در توجه به زیبایی بدن در قالب کنترل وزن با رژیم‌ها و ورزش‌های سخت، آرایشهای غلیظ، جراحی‌های زیبایی و... برای بعضی، هویت جدید جعلی آفریده است. بروزمشکلات ناشی از این تغییر سبک زندگی و توجه افراطی به بدن، نگارنده را بر آن داشت تا در این نوشتار، ضمن بررسی عوامل زیربنایی افراط از آیات و روایات، به صورت تحلیلی - توصیفی، اثبات کند که معضل مذکور با تعمیق

۱. دانش آموخته سطح ۳ جامعه الزهراء ۱۳۵۱v.h@yahoo.com

باورهای دینی و توحیدی و آگاهی از هویت حقیقی فطری و الهی خویشتن، قابل حل است. باشد که گامی بنیادین در ترویج سبک زندگی اسلامی برداشته شود. کارهایی همچون: آموزش اعتقادات دینی به صورت عمیق و درونی بر مبنای فطرت، معرفت افزایی نسبت به هویت انسانی خویش، آموزش نظرات اسلام در مورد بدن و بهداشت آن و نیز آموزش احکام فقهی و استفتائات جدید در مسائل مربوط به مدیریت بدن در همه مقاطع تحصیلی و به خصوص در آموزش عالی، گامهایی موثر در جهت جلوگیری از زیاده روی افراد جامعه در مدیریت بدن است.

کلید واژه ها: بیانیه گام دوم، سبک زندگی، مدیریت بدن، عوامل مبنای افراط، عمل های زیبایی

۱. طرح مسئله

اهمیت یافتن بدن و متعاقب آن اصالت دادن به هویت بدنی افراد از پیامدهای اساسی جامعه‌ی مصرفی در عصر حاضر است که در آن افراد با تغییر ویژگیهای ظاهری بدن خود مبادرت به ساخت بدنی می‌کنند که از نظر وضعیت ظاهری، آرایشی و پوششی مقبول نظام اجتماعی باشد. برخی افراد برای رسیدن به احساس رضایت از بدن و تصور بدنی مثبت از خود، سعی در مدیریت بدنهایشان دارند.

مدیریت بدن به معنای نظارت و تغییر مستمر ویژگیهای ظاهری و مرئی است که به کمک معرفت‌های کنترل وزن و رژیم‌های غذایی برای حفظ تناسب اندام، جراحی‌های زیبایی، اهمیت دادن به مراقبتهای آرایشی و بهداشتی سنجیده می‌شود. زیاده روی در مدیریت بدن و توجه به زیبایی ظاهری که به صورت آرایش‌های غلیظ، تن دادن به عملهای زیبایی سخت و متعدد؛ مانند جراحی بینی، لیپوساکشن، لیپولیز، تزریق چربی، بوتاکس، پیکر تراشی، زاویه دهی و زیبایی فک، رفع افتادگی پلک، اتوپلاستی (جراحی زیبایی گوش) جراحی غبغب، تزریق ژل برای گونه گذاری، کاشت ناخن، لیفت، تاتو، و...، تناسب اندام با ورزشها و رژیم‌های سختگیرانه برای پرورش اندام و ایجاد بدنی حجیم و هر نوع دستکاری بدنی غیر ضروری میان افراد مشاهده می‌شود، نشان می‌دهد امروزه این افراط، مانند یک بیماری مسری، شیوع روز افزون یافته است و علاوه بر اینکه بخش بزرگی از سرمایه‌های مادی و معنوی جامعه را هدر می‌دهد موجب پیامدهای اجتماعی مانند: کاهش اعتماد به نفس، کاهش میزان بازدهی کار و تحصیل، استفاده ابزاری از زیبایی به ویژه در زنان، کاهش امنیت اجتماعی، افزایش فساد و روابط نامشروع، ایجاد صدمه‌های جدی به بدن، ایجاد زمینه‌ی تقلب و کلاهبرداری برای سودجویان و... می‌گردد؛ از این رو برای توقف و یا کاهش این روند ضرورت دارد گام‌های مؤثری برداشته شود.

همچنان که همه رفتارهای انسان از باورهای قلبی او سرچشمه می‌گیرد؛ افراط در مدیریت بدن و توجه بیش از اندازه به آن نیز ریشه در اعتقادات و تمایلات درونی شخص دارد و نتیجه

باورهای غلطی مانند: جهان بینی مادی، ضعف خودشناسی، اصالت دادن به بدن و تمایلاتی چون میل به زیبایی و خودنمایی است. عوامل مذکور که ریشه در درون انسان دارد مبنای افراط در مدیریت بدن می باشد و دارای اهمیت بسیار است. در این نوشتار سعی شده به هدف معرفت بخشی، این عوامل مبنایی از نظر اسلام به صورت تفصیلی بررسی شود و نگاه اعتدالی دین به بدن که نه به معنای رهبانیت و بی توجهی به ظاهر و نه افراط در پرداختن به بدن است تبیین گردد. اسلام در هر موضوع مربوط به زندگی انسان و از جمله در مورد سبک زندگی، زیباترین و بی نقص ترین دیدگاه را ارائه می کند و بازگشت به دین و تعالیم حیات بخش آن، بهترین راه برای حل معضلات زندگی فردی و اجتماعی بشر و مبارزه با ترویج سبک زندگی غربی است.

این نوشتار در پی پاسخ به سوالات زیر است:

مدیریت بدن به چه معنی است؟

چند دسته عوامل، موجب افراط در مدیریت بدن است؟

عوامل مبنایی که موجب افراط در توجه به زیبایی ظاهری بدن می شود چیست؟

از نظر اسلام تا چه اندازه و چگونه باید به بدن اهمیت داده شود؟

۲. پیشینه: مطالعات نشان داده اند که انسان ها از گذشته تا به حال بدنهایشان را به لحاظ فرهنگی به روش های گوناگون شکل داده اند. این روش ها دامنه ای وسیع از راههای سنتی همچون کنترل غذا و یا کشیدن گردن تا راههای جدیدتر همچون استفاده از جراحیهای زیبایی را در بر می گیرند. امروزه اهمیت دادن به بدن به ویژه از بعد زیبایی، بیش از گذشته در جامعه به خصوص در میان زنان شایع شده و روند آن رو به افزایش است. می توان گفت اهمیت بدن خصوصا ظاهر آن در هیچ دوره ای از تاریخ بشر به مانند امروز مورد تاکید قرار نگرفته است؛ (ر.ک: خواجه نوری و دیگران، «مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی» مطالعات راهبردی زنان، ش ۴۸، ۱۳۹۰، ص ۲۲ / فعالی، ۱۳۹۷، ص ۱۰۰). به طوری که زیبا سازی بدن در بعضی افراد به صورت افراطی و بیمارگونه مشاهده می شود؛

این مسئله پژوهشگران را وادار ساخته موضوع را مورد بررسی قرار دهند. در بخشی از «کتاب مبنای سبک زندگی اسلامی» دکتر محمد تقی فعالی به این موضوع پرداخته است. مقالات متعددی نیز در مورد مدیریت بدن وجود دارد؛ مانند: «مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی در بین دختران دانشگاه مازندران» از احمد رضایی و مینا اینانلو و محمد فکری، «جامعه شناسی بدن و پاره ای مناقشات» از یوسف اباذری و نفیسه محمدی، «سبک زندگی و مدیریت بدن» از بیژن خواجه نوری و علی روحانی و سمیه هاشمی؛ «عوامل موثر فردی بر نگرش زنان نسبت به مدیریت بدن» از فاطمه براتلو و مرجان خودی. مقالات یافت شده معمولاً پژوهشهایی میدانی با دامنه محدود است. به نظر می رسد عوامل مبنایی افراط در مدیریت بدن و زیبایی آن از منابع دینی استخراج نشده و به صورت مستقل مورد توجه قرار نگرفته است و مقاله پیش رو از این جهت نو می باشد.

۳. مفهوم شناسی

۱.۳. مدیریت بدن: این اصطلاح مفهومی جامع را دربردارد و آراستگی اندام، دست کاریهای بدنی و مانکنیسم را شامل می شود. این مفهوم، به معنای بازسازی پدیدار بیرونی اندام است. در فرهنگ مدرن، مدیریت بدن به فهرست بلندی از دست کاری های بدنی نظیر تاتو، بریدن بخشی از بدن، بدن سازی، رژیم لاغری یا چاقی، استفاده از انواع داروهای بهداشتی یا آرایشی و جراحی های زیبایی اطلاق می گردد. (فعالی، مبنای سبک زندگی اسلامی، ص ۱۰۰، ۱۰۱)

۲.۳. مبنا: از ریشه "بنی" و به معنای اساس، ریشه، بنیاد، شالوده، محل بنای چیزی و... است. (ابن فارس، ۱۴۰۴؛ ج ۱؛ ۳۰۲؛ ابن منظور ۱۴۱۴؛ ج ۱۴، ۹۴؛ دهخدا، ۱۳۷۳، ج ۱۲، ۱۷۷۵۹) از نظر اصطلاح، مبنای هر علم، باورهای بنیادی ای هستند که «اصول» و «قواعد» آن علم بر آنها استوار است و در علم دیگر اثبات می شوند و «اصل موضوعی» نیز نامیده می شوند. (رک: ملا عبدالله یزدی، حاشیه علی تهذیب المنطق، ص ۱۱۵ - ۱۱۹ / محمد علی تهنوی، ۱۹۹۶، ج ۱، ص ۱۰۶.)

۳. ۳. عوامل مبنایی: از آن جا که همه رفتارهای بشر ریشه در باورهای او دارد، منظور از «عوامل مبنایی افراط در مدیریت بدن» آن دسته از باورها و اعتقادات فرد است که عامل اصلی و ریشه ای زیاده روی در توجه به بدن می باشد و تبیین آنها در اصل مربوط به «علم کلام» است.

۳. ۴. سبک زندگی: یا نحوه زیستن به مجموعه ای از الگوهای رفتاری نسبتاً پایدار اطلاق می شود که از بینش ها و ارزش های آدمیان متأثر بوده، به صورت عینی در رفتار فرد تجلی می یابد. هر گاه انسان می خورد یا می آشامد و پوششی را بر می گزیند از الگوی خاصی تبعیت می کند. این الگوهای رفتاری، سبک زندگی آدمی را شکل می دهد. (فعال، مبنایی سبک زندگی اسلامی، ص ۳۱)

۴. عوامل افراط در مدیریت بدن:

جذابیت جسمانی از موضوعاتی است که در دنیای امروز استانداردهای جدیدی پیدا کرده و از عوامل شکل دهنده روابط افراد محسوب می شود به این دلیل، موضوع مدیریت بدن در دوران مدرن اهمیت یافته و بخش عظیمی از فرصت های علمی و پژوهشی و هزینه های اقتصادی و صنعتی را به خود جلب نموده است در این راستا رفتارهای گوناگون بهداشتی نظیر بدن سازی، رژیم های غذایی، تجهیزات ورزشی و آرایشی مختلف برای بدن پدیدار و عملهای گوناگون زیبایی نیز به آنها اضافه شده است. از آن جا که ظهور همه پدیده های انسانی تک عاملی نیست و مجموعه ای از عوامل، زمینه بروز یک پدیده انسانی و اجتماعی را ایجاد می کنند، در موضوع مدیریت بدن نیز عوامل مختلفی موجب رویکرد افراط گرایانه به زیباسازی بدن می شود.

بررسی عوامل مذکور نشان می دهد که می توان آنها را در دو دسته کلی تقسیم بندی نمود: ۱. عوامل مبنایی و درونی که مربوط به حوزه باورها و تمایلات درونی است. ۲. عوامل بیرونی که تحت تاثیر جامعه و محیط می باشد. در نوشتار حاضر سعی بر آن است که دسته دوم به صورت اجمالی و دسته اول، به صورت تفصیلی بیان گردد؛ زیرا از آن جهت که رفتار انسان

از باورهای او سرچشمه می‌گیرد، عوامل مبنایی اهمیت بیشتری دارد. اگر اعتقادی در جان انسان رسوخ کند عوامل بیرونی نمی‌تواند او را به کاری که خلاف باور قلبی است وادار نماید و رفتاری که توسط عوامل بیرونی تحمیل شود استمرار و تداوم نخواهد داشت.

عوامل مبنایی (درونی)

۱.۴-۱. نوع جهان بینی

یکی از عوامل مهم زیر بنایی افراط در توجه به بدن، «جهان بینی» و نوع نگاه انسان به عالم است. همهٔ مکتب‌ها و مسلک‌ها بر نوعی اعتقاد و ارزیابی دربارهٔ هستی و گونه‌ای تفسیر و تحلیل از جهان مبتنی است، نوع برداشت و طرز تفکری که یک مکتب دربارهٔ جهان هستی دارد و زیر ساخت و تکیه گاه فکری آن را تشکیل می‌دهد، در اصطلاح «جهان بینی» نامیده می‌شود. (ر.ک: مطهری، ۱۳۷۷، ج ۳، ۲۵) انسان جزئی از نظام خلقت است و همان هدفی که هر مکتب فکری برای جهان خلقت تعریف می‌کند غایت آفرینش انسان را نیز معین می‌سازد. میزان و نوع توجه انسان به بدن و جسم مادی خویش بستگی به نوع جهان بینی او دارد؛ از این رو باید ابتدا انواع جهان بینی بیان گردد.

الف) انواع جهان بینی: تعبیر و تفسیر انسان از جهان، به طور کلی دو گونه است: مادی و الهی.

الف) ۱. جهان بینی مادی: یعنی انسان، بینش کلی دربارهٔ هستی را بر اساس دستاوردهای علوم تجربی و از راه فرضیه و آزمون بدست آورد و هرآنچه نامحسوس و فاقد اثر طبیعی است چون قابل آزمون نیست، افسانه و خرافه تلقی می‌شود. جهان بینی مادی، جزء شناسی است نه کل شناسی؛ مانند شناخت کسی که در تاریکی فیل را لمس می‌کند و به شناختی جزئی و غیر جامع دست می‌یابد. همچنین از نظر تکیه گاه بودن برای یک ایدئولوژی بی ثبات است. در این جهان بینی، چهره جهان روز به روز تغییر میکند و نمیتواند پایگاه ایمان واقع شود؛ زیرا علم بر فرضیه و آزمون مبتنی است نه به اصول بدیهی اولی عقلی، فرضیه و آزمون ارزش موقت دارند. علاوه بر این که، جهان بینی علمی به حکم محدودیتی که ابزار علم

یعنی فرضیه و آزمون دارند از پاسخگویی مسائل اساسی جهان شناسی ناتوان است؛ از قبیل: جهان از کجا آمده است؟ به کجا می‌رود؟ ما در چه نقطه و چه موضع از مجموع هستی هستیم؟ و...

الف) ۲. جهان بینی توحیدی: جهان بینی توحیدی که از مبدأ عقل و وحی گرفته شده یعنی جهان آفریده‌ای است که یک آفریدگار دارد و نظام هستی که نظام احسن و اکمل است بر اساس خیر وجود و رحمت، و رسانیدن موجودات به کمالات شایسته آنها استوار است، جهان بینی توحیدی، یعنی جهان، یک قطبی است و ماهیت از اویی (انالله) و به سوی اوئی (انالیه راجعون) دارد، موجودات جهان با نظامی هماهنگ به طرف یک مرکز تکامل می‌یابند، آفرینش هیچ موجودی بدون هدف نیست، جهان با یک سلسله نظامات قطعی که «سنن الهیه» نامیده می‌شود اداره می‌شود. از مزایای این جهان بینی ثبات و جاودانگی، عموم و شمول و قداست است و نیز آرمان ساز، شوق انگیز، تعهد آور و مسئولیت ساز بوده و از پوچی و بیهودگی دور می‌باشد و بدین جهت می‌تواند تکیه گاه یک ایدئولوژی قرار گیرد. (ر. ک: مطهری، مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی، ص ۸۵- ۷۷)

در این جهان بینی انسان دارای کرامت و مسئولیت است. این جهان بینی با نیروی منطق و استدلال حمایت می‌شود و به حیات و زندگی معنا و روح و هدف می‌بخشد. دارای کشش و جاذبه است و به انسان نشاط، دلگرمی و هدفهای متعالی و مقدس عرضه می‌دارد. (ر. ک: مطهری، مقدمه ای بر جهان بینی اسلامی، ص ۸۵- ۷۷؛ جوادی آملی، حیات حقیقی انسان در قرآن، ۳۱۷؛ مصباح، ۵۴، ۱۳۷۴)

ب) ارتباط جهان بینی با میزان توجه به بدن: بر اساس جهان بینی مادی یا علمی، انسان، موجودی مادی و محدود به جسم و ماده است و بعد الهی و معنوی انسان پذیرفته نیست. تکامل انسان در بُعد جسمی و آنچه مربوط به آن است منحصر می‌باشد و پیشرفت های علمی باید در خدمت تکامل این جنبه از وجود انسان باشند. در این تفکر هدف زندگی در لذت جویی های فراوان و متنوع جسمی تعریف می‌شود و از آن جا که متناسب، زیبا و قوی

بودن بدن انسان زمینه ای برای لذت جویی بیشتر است، باید به بدن و ظاهر آن توجه ویژه ای مبذول گردد. پیشرفتهای علمی نیز در این جهان بینی به کمک آمده و لذت جویی سیری ناپذیر پیروان این نگرش را دامن زده اند. توجه افراطی به تناسب اندام، آرایشهای غلیظ و عملهای زیبایی غیر ضروری و گوناگون می تواند ناشی از این جهان بینی باشد که امروزه به صورت گسترده ای در جهان حاکم شده و حتی مسلمانان را که در واقع به جهان بینی اسلامی معتقدند تحت تأثیر قرار داده است. گرچه بعضی از مسلمانان به خدا و ماوراء طبیعت اعتقاد دارند، اما در عمل، اشتغال به لذت های دنیا چنان بر آنان حاکم شده که گویا مزروعه بودن دنیا برای جهان دیگر و لزوم تکامل و آراستگی و روح به فضایل در آخرت به فراموشی سپرده شده است. تنها راه مقابله با افراط مذکور آشنا ساختن مردم با دیدگاه متعالی اسلام نسبت به جهان هستی و منزلت انسان است.

در جهان بینی توحیدی جهان آفریده ای است که با مشیت الهی و بر اساس سنتهای الهی نگهداری و اداره می شود. هیچ چیزی خالی از حکمت و فایده آفریده نشده و نظام عالم بهترین و کامل ترین نظام است. انسان به حکم قضا و قدر، آزاد و مختار و مسئول و حاکم بر سرنوشت خویش است. خداوند انسان را آفرید تا به تکامل برسد و صفات و اسماء خدا در او تجلی یابد و جهان گاهواره تکامل انسان است. تکامل حقیقی انسان مربوط به روح اوست نه جسم. در نگاه توحیدی جسم انسان مانند سایر نعمات و مواهب الهی امانتی است که برای زندگی در دنیا ضروری بوده و خداوند آن را تنها برای بهره برداری در مسیر رشد و تکامل معنوی در اختیار انسان قرار داده است.

ج) نگاه مالکانه یا امانتدارانه: در نگاه مادی انسان ها خود را مالک بدن می پندارند. از دستاوردهای انسان شناسی مدرن که برخاسته از جهان بینی مادی است، اعطای حق مالکیت بدن به هر فرد است. این حق او را در هر گونه تصمیم گیری برای تصرفات بدنی آزاد می گذارد تا جایی که مرگ های خودخواسته، سقط جنین و تغییر جنسیت و حتی تصمیم گیری درباره بدن دیگران را جایز می شمرد. اما از نظر اسلام انسان و جسمش، بلکه همه

موجودات عالم، متعلق و وابسته به ذات اقدس پروردگار، و مملوک اویند و انسان فقط باید امانتداری کند نه این که آزادانه در جسم خود دستکاری نماید. دلایل عقلي و نقلي بسياري در مورد مالکیت مطلق الهی وجود دارد.

بنابر براهین محکم عقلي و فلسفي، موجودات ممکن، به جهت آنکه وجودشان «ربط» است، در هیچ شأني از شئون زندگی خود نمی‌توانند بدون فیض الهی به حیات خود ادامه دهند. آنها هیچ استقلالی از خود نداشته، بلکه وابسته محض به خدایند و تنها خداست که عهده‌دار تدبیر و تقدیر عالم است و این نیز همان معنای مالکیت تام خداست.

دلایل نقلي و قرآنی نیز بر مالکیت مطلق الهی تأکید دارد؛ برای نمونه، خداوند سبحان می‌فرماید: «وَلِلَّهِ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ» (آل عمران، ۱۸۹) و «لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ كُلُّ لَّهُ قَانُونٌ» (بقره، ۱۱۶) و به طور ویژه خداوند مالکیت خود بر اعضا و جوارح انسان چنین بیان می‌فرماید: «أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ» (بلد، ۸ و ۹): یعنی ما او را از نعمت اعضا و جوارح برخوردار کردیم و انسان می‌تواند از آنها برای زندگی خود استفاده کند. در آیه دیگر می‌فرماید که انسان را از منافع اعضا بهره‌مند کردیم و او بر اساس این نعمتها از سمع و بصر منتفع شد؛ «فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا» (انسان، ۲) انسان باید مواظب باشد، مبادا دچار توهم شود که ملکیت حقیقی اعضا از آن اوست.

توهم استقلال، تصویری خام و سطحی است. انسان فقط امانتدار خداوند سبحان و اعضای بدن در دست او امانت است. خداوند فرمود: «أَمَّنْ يَمْلِكُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ» (یونس، ۳۱)؛ یعنی چه کسی است که مالک شنوایی و بینایی هاست. با توجه به اینکه کلمه «أَمٌّ» در آیه، «منقطعه» است، آیه صراحتاً بر مالکیت خداوند سبحان بر شنوایی و بینایی انسان تأکید می‌کند. مسلم است اگر خداوند، مالک شنوایی و بینایی - که منافع اعضاست - باشد چشم و گوش نیز از آن اوست، بلکه اعضای دیگر و نیز کل هستی و وجود آدمی از آن خدا و متعلق به اوست. شواهد دیگری در قرآن بر اثبات این مدعا وجود دارد: اول آن که خداوند انسان گنهکار را ظالم نامیده است. اگر انسان مالک هستی خود است هر تصرفی را که

بدون اذن خدا در امور خویش کند نمی‌تواند مصداق ظلم باشد. ظلم، در جایی است که شخص، خودسرانه در حق دیگری تصرف کند و بی‌اجازه او به حقوق و دارایی وی تجاوز کند؛ نه آنکه در مال و حق خود تصرف کند. (ر.ک: جوادی آملی، اسلام و محیط زیست، ص ۱۷۰، ۱۷۱). همچنین شهادت اعضا و جوارح بر علیه انسان در قیامت که روز بروز حقایق عالم است گواه بر عدم مالکیت حقیقی او بر بدن محسوب می‌شود.

در نتیجه، بدنی که در اختیار بشر است، متعلق به خدا و ملک او و امانتی الهی است و انسان، امانتدار خداوند است؛ لذا، تصرف در بدن باید در چارچوب دستورات مالک حقیقی یعنی خداوند متعال و مورد رضایت او باشد که حدود آن در فرمایشات علما و فقها بیان شده است. بر این اساس هر گونه تصرف و زیباسازی بدن توسط زنان مانند آرایش، تاتو و عمل‌های زیبایی اگر به نیت‌های حرامی چون خودنمایی برای نامحرمان یا تفاخر و... یا مستلزم کارهای حرام دیگری باشد - که در شریعت بیان شده - بی‌شک خلاف جهان بینی توحیدی و کاری شیطانی است؛ زیرا اذن تشریحی خداوند به آن تعلق نگرفته است. و در مردان

شیطان پس از رانده شدن از درگاه خدا مسئله تصرفات بدنی را پیش کشید و اعتراف نمود که یکی از راه‌های گمراه کردن بندگان وادار نمودن آنان به تغییر خلقت خداوند است: «وَلَا ضَلَّاتَهُمْ وَلَا مَتَّيْتُهُمْ وَلَا مَرْنَهُمْ فَلْيَبْتِكُنَّ أَذَانَ الْأَنْعَامِ وَلَا مَرْنَهُمْ فَلْيَعْبِرَنَّ خَلْقَ اللَّهِ وَمَنْ يَتَّخِذِ الشَّيْطَانَ وَلِيًّا مِنْ دُونِ اللَّهِ فَقَدْ خَسِرَ خُسْرَانًا مُبِينًا» (نساء، ۱۱۹) و آنان را سخت گمراه و دچار آرزوهای دور و دراز خواهم کرد و وادارشان می‌کنم تا گوش‌های دام‌ها را شکاف دهند و وادارشان می‌کنم آفریده خدا را دگرگون سازند. هرکس به جای خدا شیطان را دوست گیرد قطعاً دستخوش زیان آشکاری شده است. (ر.ک: فعالی، ۱۳۹۷، ص ۱۰۸)

اما در مواردی که نیت حرام یا لوازم حرامی در این گونه تصرفات نباشد از نظر شرعی حرمتی ندارد، اما بر اساس جهان بینی توحیدی صرف عمر در اهتمام به اموری شایسته است که در هدف متعالی انسان یعنی کمال و زیبایی روح تاثیر دارد. پرداختن بیش از حد به زیبایی

ظاهری حتی اگر توأم با عمل نامشروع نباشد در مسیر کمال، رهزن است و آدمی را از پرداختن به آراستگی روح غافل می کند.

۱.۴-۲. ضعف خود شناسی

یکی از عوامل تغییر فرهنگ پوشش، آرایش و دست کاری های بدنی، فقدان شناخت کافی و مطابق واقع این افراد به هویت انسانی خویش و تغییر نگرش ایشان نسبت به انسان مدرن و منزلت او، تحت تأثیر فرهنگ های حاکم در زمان حاضر است که متأثر از فرهنگ مادی غرب می باشد، در این تفکر مادی بدن و خصوصیات ظاهری و آراستگی آن نه تنها کارکرد زیبایی شناسانه پیدا کرده، بلکه برای انسان هویت آفریده است و رشد و تکامل انسان به تغییرات بدن بستگی دارد و شخص با التفات به ظاهر و دست کاری بدن سعی دارد علاوه بر هویت فردی، هویت اجتماعی خویش را با تغییرات بدنی بهبود بخشیده و خود را در چشم دیگران، زیبا جلوه دهد. ضعف خودشناسی ذکر شده در زنان بروز بیشتری دارد، تا آن جا که امروزه هویت زنان تا حد یک شیء تنزل یافته و «شیء انگاری زنان» به صورت یک تئوری در آمده است. در این تئوری ظالمانه نه تنها مردان به زنان به عنوان شیء نگاه می کنند، بلکه خود زنان هم از نگاه مردان خود را به عنوان یک شیء ارزیابی می کنند و این نگاه بیرونی و اجتماعی به زنان در آنان درونی شده است. (ر.ک: افلاک سیر و فاطمه ابراهیمی، ۱۳۹۳، ص ۳۲) نگاه غربی «شیء انگاری زنان» به تدریج میان زنان ایران و سایر کشورهای اسلامی شایع شده است؛ از این رو افراط در مدیریت بدن میان زنان رواج بیشتری دارد. این نگاه به زن در حقیقت از جهان بینی مادی نشأت می گیرد؛ حال آن که در نگاه دینی، هویت زن به عنوان یک انسان مربوط به بدن نیست؛ بلکه چیزی ورای جنبه مادی او است.

اسلام، انسان را دارای سه بُعد: حیوانی، انسانی و الهی می داند و توجه به انسان را بدون در نظر گرفتن همه این ابعاد، نقص در شخصیت انسان به شمار می آورد؛ یعنی زمانی می توان انسان را به معنای واقعی شناخت و درباره مسائل او سخن گفت که لایه های سه گانه او

مورد توجه واقع شود. بُعد حیوانی انسان، لایه شهوت و غضب اوست، انسان دارای تفکر، تعقل، عزم و اراده، خود انسانی نامیده می‌شود و لایه سوم برترین خود و حقیقت انسان است (ر.ک: جوادی، حق و تکلیف، ۸۹، ۹۰)، برای سخن گفتن از بایدها و نبایدهای انسان باید هر سه جنبه وجودی او را در نظر داشت.

الف) هویت انسان: در عرف توده مردم، تعریف ارائه شده در علم منطق برای انسان «حیوان ناطق» است. بر اساس این تعریف، انسان، جانوری است که سخن می‌گوید و می‌اندیشد. قرآن کریم این تعریف را کامل نمی‌داند، زیرا بسیاری از افراد «حیوان ناطق» در فرهنگ والای قرآن کریم، «انسان» نیستند و خداوند تعالی از اینها با عناوینی نظیر انعام و شیاطین یاد می‌کند: «إِنَّ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ» (انعام، ۱۱۲) خدای سبحان از انسان به عظمت و نیکی یاد می‌کند، ولی انسانیت انسان را به جنبه مادی او نمی‌داند، چون این را حیوانات هم دارند. آیات «وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا ءَاخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» (مومنون، ۱۲ - ۱۴) مراحل خلقت انسان را چنین برمی‌شمارد: عصاره‌ای از گل؛ نطفه‌ای در جایگاهی استوار؛ علقه؛ مضغه؛ شکل‌گیری استخوانها؛ پوشاندن استخوانها با گوشت. همه این مراحل را حیوانات نیز به همین شکل یا با اندکی تفاوت دارند؛ اما در همین آیات، پس از بیان مراحل خلقت جسمی انسان، سخن از انشای خلق دیگری است که خداوند به سبب خلقت آن، به خود تبریک می‌گوید: «ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا ءَاخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» و این روح الهی منشأ حیاتی است که حقیقت انسان و وجه تمایز او از سایر حیوانات است.

طبق قرآن، تعریف نهایی انسان «حي متألّه» است. یعنی انسان زنده ای است خداشناس و خداخواه که در الوهیت ذوب شده است. «حیات» و «تألّه» چنان در هم تنیده است که واقعیت حیات و هویت انسان، چیزی جز تألّه و دل‌باختگی به جمال و جلال الهی نیست. (جوادی آملی، تفسیر انسان به انسان، ۱۳۷ - ۱۵۰) بنا بر این تعریف هویت انسان همان

فطرت الهی است که بر اساس آن خلق شده است «فَطَرَتَ اللّٰهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا» (روم، ۳۰)

ب) فطرت: نوع ویژه‌ای از آفرینش است که تنها به انسان اختصاص دارد؛ از نظر معنا نحوه ای از آفرینش است که «حقیقت آدمی» را تشکیل می‌دهد؛ یعنی انسان به گونه‌ای خلق شده است که در نهان خود «کمال مطلق» (خداوند) را می‌شناسد و به او عشق می‌ورزد؛ به تعبیر دقیق‌تر فطرت و وجود انسان، همان «بینش شهودی» و «گرایش آگاهانه» نسبت به کمال مطلق است (ر. ک: جوادی آملی، فطرت در قرآن؛ ۲۳-۲۵)

براساس این تعریف فطرت دارای دو بعد بینش و گرایش است که به صورت مختصر، توضیح داده می‌شود:

ب) ۱. بینش فطری: انسان از نظر معرفت و ساختمان فکری به گونه‌ای است که دارای برخی معلومات غیر اکتسابی و فطری است که از آغاز آفرینش، همراه او بوده است و برای دانستن آنها به معلم و استدلال احتیاج ندارد. مثل شناخت کمال مطلق، هدف مندی خلقت، خیر و شر، قانون علیت و... که به علم حضوری قابل دریافت است. (ر. ک: مطهری، مجموعه آثار؛ ج ۳، ۴۹۲ / جوادی آملی، فطرت در قرآن؛ ص ۴۳ / ری شهری، مبانی شناخت؛ ص ۲۰۷.)

ب) ۲. گرایش فطری: تمایلات و خواسته‌هایی که از نهاد و فطرت بشر می‌جوشد، حالت اکتسابی و اختیاری ندارد و بر او تحمیل نشده است، مانند گرایش به پرستش، گرایش به خیر و فضیلت، گرایش به حقیقت، گرایش به نوآوری و خلاقیت، گرایش به زیبایی. (جوادی آملی، تفسیر انسان به انسان؛ ص ۱۷۶ - ۱۸۰ / همو، فطرت در قرآن، ص ۳۸ / مطهری، ۱۳۷۷، ص ۴۹۲-۴۹۹.)

ج) کرامت انسان: فطرت یا همان آفرینش ویژه، مخصوص انسان است و نشان می‌دهد که خداوند از خلقت آدمی هدفی را دنبال می‌کند که اختصاص به او دارد و سایر موجودات نیز برای رسیدن انسان به آن هدف عالی خلق شده‌اند؛ از این رو آیات بسیاری از قرآن، انسان را

به منزلتی می ستایید که در هیچ یک از موجودات دیگر وجود ندارد؛ مانند: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ» (اسراء، ۷۰)؛ ما آدمی زادگان را گرامی داشتیم... «وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ طِينٍ... ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» (مؤمنون، ۱۴)؛ ما انسان ها را از عصاره ای از گل آفریدیم... سپس او را آفرینش تازه ای دادیم، پس بزرگ است خدایی که بهترین آفرینندگان است.

کرامت و منزلت انسان به جهت امانتی الهی است که بر دوش دارد و آن، مقام خلیفه الهی در زمین است. «إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ» (احزاب، ۷۲)؛ ما امانت را بر آسمان ها و زمین و کوه ها عرضه داشتیم...، اما انسان آن را بر دوش کشید...

«إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً» (بقره، ۳۰) همانا من روی زمین جانشینی قرار خواهم داد. تمام عالم خلقت برای انسان و در خدمت او آفریده شده و انسان فقط برای خدا خلق شده است. خداوند در حدیث قدسی می فرماید: خلقت الأشياء لأجلك و خلقتك لأجلي (مدنی، ۱۴۰۹، ج ۱؛ ص ۵۵۸) خداوند سبحان انسان را با فطرت خداشناس و خداخواه خلق نمود و استعداد و ابزار خدایی شدن را به او ارزانی داشت و روح الهی در او دمید و او را مختار نمود تا با کمک راهنمای درونی (عقل و فطرت) و بیرونی (انبیاء)، استعدادهای خود را شکوفا نموده خدایی شود. این مقدار منزلت و تکریم برای انسان به جهت دارا بودن استعداد رسیدن به بی نهایت است.

فطرت و آفرینش ویژه، در همه انسان ها اعم از زن و مرد مشترک بوده و این اشتراک در گوهر انسانی؛ نژاد، ملت، جنسیت و... را محو کرده و همه را در هدف خلقت، یکسان می کند. شکی نیست که منزلت و مقام انسان در عالم به جهت جسم مادی و بدن وی نیست، چرا که بدن انسان به خودی خود برتری و شرافتی بر جسم سایر موجودات ندارد؛ حتی از بعضی جنبه های بدنی از بعضی حیوانات ضعیف تر است، بلکه فضیلت آدمی به روح الهی و فطرت خداجوی اوست که او را شایسته مقام خلیفه الهی نموده است.

د) ارتباط خودشناسی و تعادل در مدیریت بدن: خداوند بر اساس رحمت بی انتهای خویش انسان را آفرید و استعداد ویژه ای به او عنایت نمود تا آنچه از کمال و زیبایی دارد به انسان عطا کند. آدمی برای رسیدن به این هدف عالی، باید روح خویش را به صفات و کمالات الهی، بیاراید تا بتواند رسالت خلیفه الهی خود را انجام دهد. درک چنین جایگاه و منزلت بالایی که مربوط به روح الهی اوست نه جسم مادی، خودباوری و کرامتی در انسان ایجاد می کند که حاضر نمی شود، هرگز سرمایه وجودی و عمر گرانبمایه خویش را به هدفی غیر از رسیدن به کمال بی نهایت صرف کند. انسان اگر به بلندی منزلت خویش آگاه گردد، بسیاری از رفتارهای حقیرانه خود را اصلاح می کند و در این مسیر به بدن خویش تنها به اندازه ای توجه می کند که ابزاری سالم و نیرومند برای رسیدن به آن هدف متعالی باشد و بیش از آن که به آراستگی و تناسب بدن خویش توجه کند به زیبایی روح به واسطه اتصاف به فضایل و کمالات می اندیشد.

آدمی به اقتضای گرایش فطری به زیبایی، هم از جمال ظاهری و آراستگی خویش لذت می برد و هم زیبایی، در مناسبات اجتماعی و روابط افراد با هم تأثیر گذار است، شایان توجه است انسان حتی اگر بتواند همه زیبایی ها و آراستگی ها را برای خود فراهم کند؛ اما هرگز تمایل و عشق به زیبایی در او ارضاء نمی شود؛ به این دلیل است که امروزه اکثر کسانی که در زیباسازی بدن افراط نموده و دست به اعمال گوناگون می زنند احساس رضایت صد در صد نداشته و تمایل دارند شیوه های جدید زیبایی را که هر روز ابداع می شود، امتحان کنند و در این مسابقه بی پایان عقب نمانند.

۱.۴-۳. اعتقاد به اصالت بدن

یکی دیگر از عوامل مهم که موجب افراط در زیبا سازی بدن می شود و از سایر عوامل اهمیت بیشتری دارد، اعتقاد به اصالت بدن به جای اصالت روح است. اصاله مصدر از ماده «اصل» در مقابل فرع، به معنی آن چه چیز دیگری بر آن بنا می شود چه در جمادات باشد یا گیاهان، حیوانات، علوم و... (مصطفوی، ۱۴۳۰، ج ۱، ۱۰۴) در اصطلاح آن چه که ریشه و

اساس شیء دیگری باشد، اصیل نامیده می شود؛ مانند پدر که اصل و ریشه فرزند است. روح در اصطلاح بُعد مجرد انسان است که در مقابل بُعد مادی و جسم انسان قرار دارد. در پاسخ به این سوال که «روح نسبت به جسم انسان چه موقعیتی دارد و کدامیک از آن دو، اصل و کدام فرع است؟» نظراتی وجود دارد: بر اساس جهان بینی مادی آنچه قابل ادراک حسی است، اصالت دارد و جسم انسان، جزئی مهم از هویت آدمی است؛ بنابراین ما موجودی مستقل از ماده بنام روح یا نام دیگر سراغ نداریم، هرچه هست همین ماده جسمانی و یا آثار فیزیکی و شیمیائی آن است؛ بنابراین روح و پدیده های روحی چیزی جز خواص فیزیکی و فعل و انفعالات شیمیائی سلولهای مغزی و عصبی ما نمی باشد و مانند سایر دستگاههای بدن مادی است و تحت قوانین ماده فعالیت می کند. اما بر اساس جهان بینی الهی و آموزه های دینی روح یک حقیقت ماورای طبیعی است که ساختمان و فعالیت آن غیر از ساختمان و فعالیت جهان ماده است، درست است که دائماً با جهان ماده ارتباط دارد، ولی ماده و یا خاصیت ماده نیست و بدن آدمی تحت تأثیر مستقیم آن قرار دارد و این گوهر مجرد، واقعیت انسان را تشکیل می دهد... (ر.ک: سبحانی، ۱۳۵۸، ۳۳-۳۶)

الف) ارتباط اعتقاد به اصالت بدن با افراط: زیاده روی در زیبا سازی بدن با اقدام به آرایش های بیش از اندازه، به نمایش گذاشتن افراطی زیبایی های بدن، تمایل به دستکاری های پزشکی در بدن، تن دادن به رژیمها و ورزشهای سخت برای پرورش اندام و... یا ناشی از اعتقاد به تک ساحتی بودن وجود انسان و خلاصه نمودن هویت آدمی در بدن او است و یا در صورت اعتقاد به روح، نتیجه اصل قرار دادن بدن و غفلت از اصالت روح می باشد. در اندیشه اسلامی بدن، ساحتی از وجود انسان است و بُعد روحانی او اصالت دارد و انسانیت انسان را شکل می دهد و باز گشت به باورهای عمیق دینی بهترین راه برای پیشگیری از افتادن به ورطه افراط در تجمل و نمایش بدنی است.

براساس باورهای دینی، روح آدمی برای آن که تکامل یابد و به کمال مطلق برسد، نیاز به وسیله و ابزار دارد و بدن ابزاری است تا روح به وسیله آن به کسب معارف و علوم بپردازد. به

بیان روشن تر، روح با تعلقش به بدن و با به کار بردن قوای مادی آن و از راه محسوساتی که به وسیله حواس پنجگانه بینایی، شنوایی، بویایی، چشایی و لامسه، ادراک و احساس می کند، به مجهولاتی پی می برد که قبل از آن به آنها آگاه نبود. این معنی با قطع ارتباط حواس با جهان خارج و جدایی روح از بدن (بعد از مرگ) بخوبی روشن می شود. از روایات پیرامون معاد استفاده می شود که بعد از جدائی روح از بدن، دیگر استکمالی برای انسان نخواهد بود، مگر برای افرادی که در دنیا تخم بعضی از اعمال نیک را افشاندند باشند و در عالم برزخ از آن بهره مند شوند.

در عین حال که روح با رابطه اش به بدن به کمال و رشد می رسد، بدن را نیز تدبیر می کند و او را مورد تربیت و رشد قرار می دهد، اما نباید گمان نمود که روح، داخل در بدن و یا خارج از آن است، زیرا زمان و مکان برای موجود مجرد، معنی ندارد، بلکه رابطه اش رابطه تعلقی است که احاطه به بدن دارد، یعنی در هر عضوی در عین حال که آن عضو است، روح نیز موجود است، لیکن وجود روح، محدود به آن عضو نیست و روح در عین اینکه بالاست، پایین نیز می باشد، همچنان که امام صادق علیه السلام فرمود: «انّ الأرواح لا تمازج البدن ولا تواکله...» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۵۸، ص ۴۱) همانا روحها با بدن آمیخته نبوده و متکی بر آن نیستند؛ بنابراین در رابطه روح با بدن اصالت با روح انسان است.

ب) **دلایل اثبات اصالت روح:** مهمترین عامل درونی که موجب زیاده روی در توجه به بدن و ظاهر آن، حتی در افراد معتقد به جهان بینی الهی می شود، اعتقاد به اصالت بدن است. چه بسا دیندارانی که ساحت وجود انسان را منحصر به بدن مادی ندانسته و وجود خویش را مرکب از روح و جسم می دانند، اما در متن زندگی به دلیل آن که به ادراکات حسی خود توجه بیشتری دارند، جسم مادی و نیازهای آن را اصل و روح که هویت حقیقی انسان است را فرع قرار داده و از نیازهای واقعی روح خویش غافل می شوند؛ یعنی عملکرد افراط گرایانه بعضی از آنان ناشی از اصل قرار دادن بدن به جای روح است. به این جهت اعتقاد به اصالت جسم، از میان عوامل مبنایی افراط در مدیریت بدن، دارای اهمیت بیشتری است و

ضرورت دارد که این عامل به همراه دلایل اثبات اصالت روح با شواهد عقلی و قرآنی به تفصیل بیان گردد.

برای اثبات اصالت روح می توان دلایل زیادی از آیات و روایات اقامه نمود.

ب) ۱. آیات: بسیاری از آیات قرآن به روشنی اصالت روح را اثبات می کند؛ از جمله:

ب) ۱ - ۱. «إِنِّي خَالِقُ بَشَرًا مِنْ طِينٍ فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ» (ص، ۷۱، ۷۲) خدای سبحان انسان را مرگب از جسم و جان، یکی مادی و دیگری مجرد آفرید: این دو در زندگی دنیوی پیوسته همراه یکدیگرند تا هنگام مرگ که روح از بدن جدا و به پیشگاه پروردگارش باز می گردد؛ لیکن از اسناد جسم انسان به گِل و اسناد روح او به خدا، معلوم می شود که این دو همتای هم نیستند، بلکه روح انسان اصل و بدن او فرع آن است.

نکته شایان توجه آن که ابلیس در گفتگو با خداوند تنها به بعد مادی آدم عَلَيْهِ السَّلَام اکتفا کرد و جسم خود را با جسم آدم مقایسه کرد و با برتر دیدن جسم خودش از سجده ابا نمود. در واقع ابلیس بعد روحانی آدم عَلَيْهِ السَّلَام را ندید و از آن غافل شد. نگاه بشر امروز به انسان تک ساحتی و نگاهی شیطانی است. امروزه آدمی، وجود خودش را تا گلی خشکیده و لجنی بد بو تنزل داده و بعد روحانی خویش را یا منکر گشته و یا به فراموشی سپرده است. به همین دلیل محکوم به رانده شدن از بارگاه ربوبی شده است. (فعالی، ۱۳۹۷، ص ۱۰۸)

ب) ۱ - ۲. «وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظْمَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» (مؤمنون، ۱۲ - ۱۴) آیه داستان پیدایش انسان را از آغاز تا انجام چنین ذکر کرده است: خلقت طبیعی انسان از خاک، آن گاه از گِل... و پس از آن از نطفه است و با گذراندن مراحل مادی و حصول استعداد تام، خداوند با اعطای روح، آفرینش دیگری به او می بخشد که خلقتی نو و تازه است و هرگز شبیه مراحل پیشین نیست و لفظ «انسان» بر آن معنا دلالت دارد. این خلقت ویژه نه تنها مایه امتیاز انسان از موجودات دیگر، بلکه مایه امتیاز روح از جسم نیز هست، از همین رو آفریننده او «احسن الخالقین» است:

وگرنه از نظر جسمی انسان با حیوانات دیگر تفاوتی ندارد، بلکه برخی از حیوانات زیباتر و قوی‌تر آفریده شده‌اند؛ مانند طاووس و فیل. (ر.ک: سبحانی، ۱۳۵۸، ص ۳۶)

ب) ۱- ۳. «قُلْ يَتَوَفَّاكُم مَلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ» (سجده، ۱۱) تعبیر «توفی» - که به معنای گرفتن چیزی به طور کامل و تام است - برای قبض روح، نشانه اصالت روح است که هرگز با مرگ، نابود نشده و چیزی از او گم نمی‌شود، بلکه وفات می‌کند؛ یعنی فرشتگان الهی او را همانند پرنده‌ای که از قفس بیرون آورده می‌شود، قبض روح می‌کنند و تمام حقیقت او را می‌گیرند. اگر در مرگ چیزی از انسان فروگذار شود، استیفاء و توفی نخواهد بود، پس تمام حقیقت انسان جان اوست که قبض می‌شود اگرچه بدن بیپوسد. (جوادی، تسنیم، ج ۱۰، ص ۴۳۲)

ب) ۱- ۴. «قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي» (اسراء، ۸۵): قرآن کریم روح را که اصل است به خداوند اسناد می‌دهد و بدن را که فرع است به طبیعت، و خاک و گل، نسبت می‌دهد (لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ)؛ بنا براین، قرآن حقیقت هر انسانی را روح او دانسته و بدن را، ابزار وی می‌داند. انسان در نشئه دنیا و برزخ و قیامت، بدنی متناسب با همان نشئه و مرحله دارد، البته همان طوری که در دنیا بدن دارد، و بدن فرع است - نه اصل، و نه جزو اصل - در برزخ و قیامت نیز چنین است. (همان، ج ۱۹، ص ۲۰۰)

ب) ۲. روایات: برخی احادیث بر اصالت روح انسان و منزلت آن نسبت به بدن دلالت دارند؛ از جمله:

ب) ۲- ۱. امام صادق علیه السلام فرمودند: «مَثَلُ رُوحِ الْمُؤْمِنِ وَ بَدَنِهِ كَجَوْهَرَةٍ فِي صُنْدُوقٍ إِذَا أُخْرِجَتِ الْجَوْهَرَةُ مِنْهُ طَرَحَ الصُّنْدُوقُ وَ لَمْ يُعْبَأْ بِهِ» (مجلسی، ۱۴۰۳؛ ج ۵۸؛ ص ۴۰) مثل روح مومن و بدن او مانند گوهری است که در صندوقچه‌ای باشد و زمانی که گوهر از آن خارج شود صندوقچه به کناری انداخته شده و به آن اعتنایی نمی‌شود.

ب) ۲- ۲. امام صادق علیه السلام فرمود: «أَنَّ الْأَرْوَاحَ لَا تَمَازِجُ الْبَدَنَ وَلَا تَوَاكُلُهُ وَآتَمَّا هِيَ كِلَالٌ لِلْبَدَنِ مَحِيطَةٌ بِهِ» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۵۸، ص ۴۱) همانا روحها با بدن آمیخته نبوده و متکی بر آن

نیستند، بلکه بر بدن سوار و بر آن تسلط و احاطه دارند. تسلط و احاطه روح بر بدن، دلیل اصالت روح است.

ب) ۲- ۳. امام صادق علیه السلام می فرماید: «أصل الإنسان لَبَّة» (همان، ج ۱، ص ۸۲) اصل انسان جان اوست. لب در اصطلاح به عقل اطلاق می شود و عقل یکی از شئون بعد مجرد انسان؛ یعنی روح اوست.

ج) ارتباط سعادت با روح: از پرسشهایی که جهان بینی الهی به آن پاسخ می دهد این است که سعادت چیست و آیا سعادت، و کمال انسان، تنها مربوط به روح است یا مربوط به روح و بدن؟ آنها که برای بدن، هیچ نقشی قایل نیستند و آن را ابزاری بیش نمی پندارند، برای آن سعادتی معتقد نیستند و همه سعادت‌ها را برای روح وی می دانند و احیاناً به تفریط مبتلا می شوند و حق بدن را رعایت نمی کنند. عده‌ی که برای بدن سهمی قایل هستند و سعادت را برای بدن و روح می دانند، سلامت و داشتن امکانات مادی و... را جزو سعادت‌های بدنی و مسئله علم، حکمت، معرفت، قسط و عدل و... را از سعادت‌های روحی به شمار می ورند. حکمت متعالیه در اینجا سخن تازه‌ای دارد که: گرچه بدن، نقش و سعادتی مربوط به خود دارد اما انسان دارای دو بدن است که باید آنها را شناخت: ۱. بدن طبیعی و محسوس که زشتی و زیبایی اعتباری آن به طور کامل در اختیار خود انسان نیست و بر اساس «هُوَ الَّذِي يَصَوِّرُكُمْ فِي الْأَرْحَامِ كَيْفَ يَشَاءُ» (آل عمران، ۶) با خلقتی که خدا خواسته به دنیا آمده است. ۲. بدن برزخی که خود، آن را می سازد. این بدن خود ساخته، حد فاصل بدن مادی و روح مجرد است یعنی هر کس با کاری که انجام می دهد، سرگرم ساخت و ساز آن بدن برزخی است.

اگر به معارف و مطالب حق، گوش می سپارد، بدنی می سازد که دارای گوش شنواست و اگر به آیات الهی می نگرد و حق چشم را آدا می کند و از گناه چشم، می پرهیزد، بدنی می سازد که دارای چشم، بینا و بیدار است و در مورد اعضا و جوارح دیگر نیز چنین است. طبق این نظریه حکمت متعالیه، سلامتی و زیبایی بدن برزخی غیر از بدن مادی است و از آنجا که

بدن مثالی در همه حالات با انسان است و پس از مرگ تا قیامت او را همراهی می کند اهمیت بسیار دارد و انسان باید همتش را صرف زیبایی آن کند. (ر. ک: جوادی آملی، مبادی اخلاق در قرآن، ص ۶۴)

آراستگی و زیبایی بدن مادی در تعالیم دینی مورد توجه قرار گرفته و دستوراتی در این زمینه وجود دارد، اما بیش از آن، زیبایی روح که در زیبایی و تناسب بدن برزخی متجلی می شود مورد تاکید قرار گرفته و دستورات فراوان اخلاقی که در قرآن و روایات ذکر شده برای اتصاف به کمالات الهی و زیبایی بدن برزخی می باشد.

در تمثیل برزخی عقاید حقه، اخلاق و اوصاف کریمه و نیت‌های پاک و اعمال صالحه ظاهر شده و عالم درونی انسان صورت پیدا می کند، بلکه اخلاق و اوصاف و خصوصیات عینی ارواح را می سازد و به هر کدام موجودیت خاصی می بخشد. فضایل اخلاقی انسان در برزخ چنان موجب زیبایی بدن مثالی او می شود که در قالب عبارات نمی گنجد و رذایلی چون تند خویی در برزخ به صورت موجود نفرت انگیزی متمثل می شود که بر صاحب خویش مسلط است و او را عذاب می دهد و اگر صفات رذیله حیوانی بر انسان حکومت کند در برزخ با صور حیوانی متمثل می شود؛ (ر. ک: شجاعی، ۱۳۹۲، ج ۲، ص ۸۲ - ۹۲) بنابراین صرف وقت و هزینه بیش از اندازه برای زیبایی بدن مادی که بعد از چند سالی از بین می رود و تلاش برای زیبایی آن از راه اعمال جراحی یا رژیم های سخت غذایی و غفلت از زیبایی و تناسب بدن مثالی که باقی است، خلاف عقل و دوراندیشی است و توجه به این مسئله، عامل مهمی برای جلوگیری از افراط در توجه به بدن است.

۱.۴-۴. زیبایی دوستی فطری

همچنان که ذکر شد، یکی از گرایش‌های فطری انسان‌ها، تمایل به زیبایی و هنر است، این کشش در زن و مرد وجود دارد. عشق به زیبایی، یکی از عوامل درونی خصائصی مثل: مدپرستی، میل به آرایش‌های غلیظ، توجه افراطی به تناسب اندام، عمل‌های زیبایی و... شده است. برای تبیین این مسئله ابتدا باید تعریف و اقسام زیبایی توضیح داده شود.

زیبایی به معنای حسن، ظرافت، لطافت و کیفیت زیبا و نیز عبارتست از نظم و هماهنگی که همراه عظمت و پاکی، در شیئی وجود دارد و عقل و تخیل و تمایلات عالی انسان را تحریک کند و لذت و انبساط پدید آورد. (دهخدا، ۱۳۷۳، ج ۸، ۱۱۵۰۹)

زیبایی را می‌توان به صورت زیر تقسیم‌بندی کرد: ۱. زیبایی محسوس مانند گستره‌ی طبیعت که محسوس حواس پنج‌گانه است ۲. زیبایی غیر محسوس مانند تصویر زیبای شکل یافته در خیال انسان ۳. زیبایی معقول مانند مفاهیم کلی زیبا و زیبایی‌های جلوه‌های ذات الهی. با این تقسیم، جمال و زیبایی هم به زیبایی محسوس اطلاق می‌شود و هم به زیبایی غیر محسوس؛ هم به زیبایی جسمانی گفته می‌شود و هم به زیبایی روحانی. (رنجبران، ۱۳۹۰، ص ۳۳-۶۱)

به طور کلی زیبایی اعم از مادی و معنوی (محسوس و معقول) درخشنده‌ترین گوهر زندگی است که سیمای هر کسی را تابناک و با نشاط و سیره هر انسانی را جذاب و با حلاوت نشان می‌دهد و نقش مهمی در ایجاد روابط سالم انسانی و جذب آحاد اجتماعی نسبت به هم و زدودن نفرت‌ها و کراهت‌ها دارد؛ علاوه بر این که دارای ریشه و اصالت عمیق فطری، تاریخی و فرهنگی هم هست. (هاشمی رکاوندی، ۱۳۷۸، ص ۹۸)

این گرایش فطری به هدف تشدید عشق به کمال مطلق در همه انسان‌ها قرار داده شده؛ زیرا خداوند جمال بی‌نهایت است و زیبایی دوستی فطری انسان، او را عاشق جمال بی‌نهایت می‌کند. غفلت از فلسفه حقیقی این گرایش فطری موجب می‌شود انسان، بر ارضاء نمودن این میل با پرداختن به جسم مادی و ظاهر خویش، تمرکز کند و از هدف عالی خلقت دور بماند و از آنجا که انسان موجودی بی‌نهایت خواه است، اگر به اشتباه، زیبایی را تنها در بدن خود منحصر بداند برای آراستن آن، دست به هر کاری می‌زند.

شایان ذکر است که حس زیبایی شناختی زنان قوی‌تر از مردان است به این معنی که آنان برای زیبایی خود اهمیت قائلند و با آرایشها و زینتهای گوناگون تلاش می‌کنند مورد پسند شوهرشان قرار گیرند. زیبایی دوستی ابزار و مکانیسمی است که خداوند در زنان برای نفوذ

در دل مردان و جلب توجه ایشان قرار داده تا موجب تحکیم رابطه زن و شوهر و به تبع بنیان خانواده شود. به طور اساسی زندگی زنان با زیبایی و هنر آمیخته است: هنر تربیت کودک، هنر خانه‌داری، هنر همسر‌داری، هنر آشپزی و... زنان در هنرهایی مثل بازیگری، نقاشی، شعر و... استعداد ویژه دارند، شاید علت آن قوی بودن عاطفه و قوه خیال آنان است. به طور کلی، استعداد زیبایی‌شناسی زن، از مرد بالاتر است، اما قدرت خلاقیت زنان در این زمینه، به طور قابل ملاحظه‌ای محدود است. (ر.ک: مجد، ۱۳۷۹، ص ۱۷۵ - ۱۷۷؛ پیره، ۱۳۷۷، ص ۹۲).

میل به زیبایی مطلق فطری بوده و استعداد ویژه ای است که خداوند در انسان قرارداده تا ظرفیت ملاقات با جمال بی نهایت الهی در بهشت جاویدان را داشته باشد؛ به این جهت عشق به زیبایی مطلق، تنها در بهشت به طور کامل پاسخ داده می شود و روح انسان به آرامش می رسد. اعتقاد قلبی به ملاقات زیبایی بی نهایت در بهشت، قلب را آکنده از شوق وصال می سازد و این عشق، موجب می گردد انسان مومن با تمام انرژی و توان خود را برای آن روز آماده کند و پرداختن به زیبایی بدن اولویت خود را از دست می دهد. اگر میل به زیبایی بی نهایت در انسان نبود نیروی محرک برای رسیدن به زیبایی مطلق در او وجود نداشت؛ بنابراین زیبایی دوستی فطری در خدمت رساندن انسان به هدف نهایی خلقت، در او نهاده شده و پرداختن افراطی به زیبایی بدن از عدم شناخت تمایلات فطری و اشتباه در مصداق حقیقی زیبایی ناشی می شود.

همانگونه که جسم انسان تمام حقیقت او نیست و اصالت ندارد زیبایی جسمی نیز فاقد اصالت بوده و منزلت آفرین نیست. زیبایی واقعی آن چیزی است که روح انسان را زیبا می سازد و زیبایی روح در گرو سیرت زیبا و آراستگی به ملکات اخلاقی زیبایی مانند، راستگویی، مهربانی، عدالت، عشق ورزی به دیگران، ایثار، احسان و... است؛ یعنی با روح الهی انسان زیبایی معنوی مناسب دارد نه زیبایی ظاهری و جسمی.

یکی از عوامل درونی افراط در مدیریت بدن تمایل به محبوب بودن نزد دیگران است. گرایش مذکور درونی بوده و یکی از تمایلات فطری مهم در انسان محسوب می شود. آدمی دوست دارد در نظر دیگران محبوب و مورد توجه باشد. این میل فطری نیز بر اساس حکمت الهی در انسان قرار داده شده تا به شوق محبوبیت نزد کمال بی نهایت (ذات اقدس خداوند) در مسیر تقرب الهی حرکت کند. خداوند همچنان که زیباست و زیبایی را دوست دارد، دوست دارد بندگان او آثار نعمات و جمال منبسط او در آفرینش را ارائه دهند. امام صادق علیه السلام فرمودند: «ان الله جمیل و یحب الجمال و یحب ان یری اثر النعمه علی عبده» (کلینی، اصول کافی، ج ۲، ۴۳۸) و تصریح پیشوایان ما به آراستن ظواهر و ارائه زیبایی نشانگر آن است که به این خواسته فطری و اصیل انسانی پاسخی مناسب داده شود. (ر.ک: هاشمی رکاوندی، ۱۳۷۸، ص ۱۰۷) میل به خود نمایی نیز به انسان بخشیده شده تا او خود را به کمالات و فضایل بیاراید و به محبوب بی همتایش که منشأ همه کمالات و زیبایی هاست ارائه کند. در این ارائه و عشق بازی با معبود تقرب و وصال آن جمال بینهایت نهفته است و هرکه تمایلش به محبوبیت نزد خداوند قویتر باشد در این راه تلاش بیشتری نشان می دهد.

باز هم باید این نکته را مورد توجه قرار داد که میل به محبوبیت نیز در زنان بیش از مردان است. زنان بنا به خصلت دگر خواهی، به ارائه زیبایی خود به دیگران بیش از خود زیبایی علاقه نشان می دهند. این میل در زنان که باید در خدمت گرم شدن روابط همسران باشد وقتی دچار افراط گردد تبرج و جلوه‌گری نامیده می شود که به شکل بدحجابی، مُدپرستی، آرایش های جلف، لباس های نامناسب، عملهای زیبایی متعدد و... خود را نشان می دهد. قرآن از آن به «تبرج جاهلیت نخستین»، تعبیر می کند. (احزاب، ۳۳) منظور از جاهلیت نخستین، عصر عرب جاهلی است که در آن، زنان زینت های خود را در معرض دید مردان نامحرم قرار می دادند و چنین کاری، از بی تمدنی و رعایت نکردن اخلاق اسلامی، حکایت می نمود. (طباطبایی، ۱۳۸۰، ج ۱۶، ص ۳۰۹)

امروزه روان‌شناسان خودنمایی افراطی و خارج از تعادل را بیماری «هیستری» می‌نامند. فرد مبتلا به این بیماری به جای پرداختن به افکار زنده و مثبت، به طور دائم در فکر جلوه‌گری و مطرح ساختن خود است تا از دیگران برتر باشد، جوانان، بیشتر از افراد مسن و زنان بیشتر از مردان به بیماری هیستری، مبتلا می‌شوند. (حق جو، خودنمایی و جلوه‌گری، ص ۱۸-۲۰)

۲.۴. عوامل بیرونی و غیر مبنایی

برخی پژوهشگران مواردی دیگری را به عوامل افراط در مدیریت بدن افزوده اند، ولی این موارد ریشه در عوامل مبنایی دارد و در صورت نبود عوامل مبنایی، وجود عوامل و زمینه های بیرونی تأثیر چندانی بر فرد نخواهد داشت؛ از این رو در درجه دوم اهمیت قرار دارند. ترویج فرهنگ مادی غربی به وسیله سیاستمداران و مدیران خودباخته در جامعه احساس فشارهای اجتماعی مانند تمسخر و کنایه های اطرافیان در اثر غلبه فرهنگ مادی حاکم بر جامعه؛

رسانه هایی مانند اینترنت و ماهواره و شبکه های اجتماعی و تاثیرپذیری از الگوهای رؤیایی ارائه شده توسط آنها (تبلیغات غیر مستقیم)؛

تبلیغات انواع داروها و وسایل تنظیم کننده بدن و جراحی های زیبایی در رسانه ها (تبلیغ مستقیم)؛

رشد فرهنگ مصرفی؛

مد پرستی؛

تغییر سبک زندگی؛

تبدیل اعمال زیبایی پزشکی به صنعتی قدرتمند و پولساز در خدمت بخشی از نظام سرمایه داری و تسلط این صنعت سودآور بر رسانه های جمعی؛

تحولات پزشکی و امکان پذیر بودن دست کاریهای متنوع اندامی؛ مانند جراحی بینی، لایپو ساکشن و... (ر. ک: فعالی، ۱۳۹۷، ص ۱۰۱ - ۱۰۳ / رضایی و دیگران، «مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی»، ۱۳۸۹، ص ۱۵۵ / اباذری و نفیسه محمدی، «جامعه شناسی

بدن و پاره ای مناقشات»، (۱۳۸۷)

نظر اسلام در مورد بدن

در آیین مقدس اسلام، بر خلاف بعضی از آیین های دیگر، بدن آدمی مورد تحقیر نیست. اسلام بدن انسان را چیزی بی ارزش نمی شمارد، زیرا بدن انسان ابزار تکامل روح است. تحقیر بدن، در حکم تحقیر شخصیت آدمی است و کسی که مرتکب این عمل شود، مستوجب کیفر و قصاص است. نگاه ابزاری اسلام به بدن، موجب شده که به جنبه سلامت و قوت بدن بسیار توجه کند از این رو فقه و سنت اسلامی آکنده از مطالب و دستور العمل هایی در این زمینه است. بهره برداری از دنیا که مورد توصیه قرآن است به واسطه سلامتی است. در واقع سلامتی در اسلام هدف واسطه ای برای انجام تکالیف الهی است و روایات زیادی در مورد سلامتی وجود دارد داریم؛ مثلاً امام فرمودند: «الصَّحَّةُ أَفْضَلُ التَّعَمُّ»؛ صحت و سلامتی از هر نعمت دیگری بهتر و ارزشمندتر است". «وَأَنَّ لِبَدْنِكَ عَلِيكَ حَقًّا»؛ بی شک بدن تو بر تو حقوقی دارد (که باید آن ها را ادا کنی و به آن رسیدگی نمایی). «المؤمن القوی خیر و احب من المؤمن الضعیف»؛ مومنی که قوی و نیرومند باشد، در نظر من از مومنی که ضعیف باشد، بهتر و دوست داشتنی تر است. در این روایت، ارزش اصیل و واقعی، به ایمان اختصاص یافته و در مرحله بعد، قوت مدنظر قرار گرفته است.

همچنین، احادیث فراوانی در باره استحمام و نظافت، و مسواک زدن، تشویق به کم خوری، نهی از پر خوری، خوردنی های حلال و حرام، خواص گیاهان، میوه ها و سایر خوراکی ها و همچنین سایر دستورات بهداشتی، وارد شده است. هیچ مکتب و آیینی در جهان وجود ندارد، که به اندازه اسلام، به صحت، سلامتی و شادابی انسان ها اهمیت داده باشد؛ بنابراین در دستورات اسلام آنچه در مورد بدن اصالت دارد حفظ سلامتی، قدرت، عافیت و نظافت بدن است؛ زیرا بدن ابزار تکامل روح است و این ابزار برای استفاده حد اکثری باید سالم و قوی باشد؛ بنابراین از نظر اسلام سه مولفه سلامتی، قدرت و نظافت در مورد بدن مهم بوده و باید بسیار مورد توجه قرار گیرد.

علاوه بر سه مولفه مذکور، از نظر اسلام، زیبایی ظاهر نیز تا حدودی اهمیت دارد؛ از این رو از ویژگی های مومن آن است که آراسته بوده و در پاکیزگی، رعایت بهداشت و معطر بودن کوشا باشد؛ زیرا انسان فطرتاً از آلودگی یا بی نظمی منجر است و برای حفظ پیوند عاطفی که به توصیه قرآن باید میان مومنین موجود باشد، همگان موظفند خود را از آنچه موجب تنفر دیگران می شود دور کنند. از این منظر، توجه به زیبایی و آراستگی برای امتثال امر پروردگار و موجب رشد معنوی و روحانی انسان می شود، به شرط آن که از حد اعتدال خارج نشود. خروج از اعتدال در جایی است که توجه به آراستگی و زیبایی یا موجب خروج از حدود الهی شده و یا تا حدی اهمیت یابد که اصالت زیبایی و کمال روح را تحت الشعاع قرار داده و زمینه غفلت از یاد خداوند را فراهم سازد.

اسلام به زیبایی و آراستگی زن و مرد در محیط خانواده توجه ویژه ای دارد؛ زیرا آن چه زن و مرد را به هم پیوند می دهد مودت و عاطفه ای است که میان ایشان به وجود می آید و یکی از عواملی که پیوند مذکور را شکل داده و تشدید می کند، کشش جنسی میان زن و مرد است و زیبایی ظاهری و آراستگی بدن تأثیر زیادی در تشدید این کشش و جذابیت دارد. زیباسازی ظاهر توسط زن و مرد باید در خدمت تحکیم رابطه آن دو و در محدوده خانواده باشد؛ بنابراین زن و مرد نباید وقت و انرژی خود را در طول روز به گونه ای صرف زیبایی ظاهری نمایند که از امور مهم فردی، خانوادگی، معنوی و اجتماعی غافل شوند و یا با خود نمایی موجب تحریک جنسی دیگران شده و آنان را به تباهی بکشانند؛ از این رو، با وجود آن که در تعلیمات اسلام، مطلق آرایش برای زنان پسندیده است، از آرایش زنان در معرض نامحرمان به شدت نهی شده و آرایش زنان به محیط خانواده و برای شوهر محدود گردیده است.

از مجموعه روایات بدست می آید که زیبایی برای زنان و مردان از سنتهای موکد اسلام است (ر. ک: طبرسی، ۱۴۱۲، ص ۸۲ / مجلسی، ۱۴۰۶، ج ۸، ص ۳۶۵ / حر عاملی، ۱۴۰۹، ج ۲، ص ۱۳۴ / بروجردی، منابع فقه شیعه، ج ۲۵، ص ۵۰۷) به شرطی که برای محارم باشد و موجب تحریک غرایز در سطح جامعه نشود. بر اساس تعالیم دینی همه می توانند و باید از

روشهای معمول برای زیبایی بهره ببرند. فقها و مراجع تقلید نیز با توجه به این نکته، انجام اعمال زیبایی را با شرایطی جایز می دانند. حضرت آیت الله مکارم شیرازی نیز فرمودند: «در صورتی که آمیخته با حرام دیگری نباشد، در هیچ صورت اشکال ندارد و در صورتی که مستلزم حرامی باشد (مانند نظر و لمس نامحرم) تنها در صورت ضرورت جایز است» (<https://makarem.ir>)

البته طبیعی است که اهتمام بیش از اندازه به زیبایی، مانع کمال و پیشرفت ایشان در زمینه های فردی و اجتماعی است و زن را تا حد یک کالا تنزل می دهد؛ کالایی که مانند یک عروسک زیبا در چشم مردان جلوه کند. بنابراین چارچوب زیبایی برای زنان فقط در محدوده محارم و خانواده و تا اندازه ای که زن را از تکامل روحی، معنوی، اجتماعی و... باز ندارد و موجب تنزل هویت انسانی او در حد ابزار شهوت رانی مردان نشود، مجاز است و برای مردان نیز پرداختن افراطی به بدن که غالباً به صورت پرورش اندام و آرایشهای نامتعارف مو و... بروز می کند موجب تضييع عمر و غفلت از امور مهمی چون تزکیه نفس از رذایل و آلودگی های اخلاقی می شود. معمولاً کسانی که هویت والای انسانی خود را باور دارند و قائل به اصالت زیبایی و کمال روحی می باشند، در بعد ظاهری به زیبایی های خدادادی که مورد پسند عرف فرهیختگان جامعه است اکتفا می کنند و عمر خویش را صرف زیبایی های غیر ضروری و نامتعارف نمی کنند که صرفاً برای هماهنگ شدن با مد پرستی یا شرکت در مسابقه خودنمایی رایج شده است.

نتیجه گیری

از مطالب بیان شده این نتایج به دست می آید:

مدیریت بدن یا مدیریت ظاهر به معنای بازسازی پدیدار بیرونی است که شامل دستکاری های بدنی نظیر تاتو، کاشت ناخن، کاشت ابرو، بوتاکس، تزریق زل، رژیم های لاغری و چاچی، پرورش اندام، جراحی های زیبایی و... می شود.

امروزه در میان بسیاری از افراد جامعه به ویژه زنان و جوانان افراط در مدیریت بدن رو به

افزایش است. دو دسته عامل درونی و بیرونی برای افراط گرایی قابل ذکر است که یکی منشأ دیگری و دارای اهمیت بیشتری است. همه رفتارهای انسان از باورهای قلبی او، سرچشمه می گیرند؛ از این رو افراط در توجه بدن نیز ریشه در باورهای غلط دارد.

بر اساس جهان بینی توحیدی، بدنی که در اختیار بشر است امانت و ملک الهی است؛ لذا، تصرف در آن باید در چارچوب دستورات خداوند متعال و مورد رضایت او باشد. در نگاه دینی مقام انسان بالاتر از آن است که زیبایی و کمال آن در ظاهر منحصر باشد و از آن جا که روح انسان نسبت به جسم دارای اصالت است، زیبایی روح نیز از زیبایی جسم مهم تر و اصیل تر است و روح انسان به واسطه اتصاف به فضایل و کمالات است که زیبا و متکامل می شود.

تعمیق باورهای دینی در جامعه اسلامی بهترین راه برای پیشگیری و کاستن از زیاده روی در تجمل و نمایش بدنی توسط زنان است.

در اسلام، بدن آدمی مورد تحقیر نیست؛ بلکه ابزار تکامل روح است. نگاه ابزاری اسلام به بدن، موجب شده که به جنبه سلامت و قوت بدن توجه بیشتری کند.

از نظر دین و در آراء فقها، اعمال زیبایی که به اهداف ناصوابی چون تفاخر و تجمل گرایی یا در خدمت امیال شهوانی حرام باشد یا مستلزم برخی رفتارهای غیر شرعی مثل تماس با نامحرم شود حرام شمرده می شود.

از نظر اسلام زیبایی و آراستگی برای انسان با رعایت حدود شرعی و به میزان معمول و مورد پسند عرف، سنت موکد می باشد و اما افراط در آن که کمترین پیامدش غفلت از آراستگی روحی است مذموم شمرده می شود.

کارهایی همچون: آموزش اعتقادات دینی به صورت عمیق و درونی بر مبنای فطرت، معرفت افزایشی نسبت به هویت انسانی خویش، آموزش نظرات اسلام در مورد بدن و بهداشت آن و نیز آموزش احکام فقهی و استفتائات جدید در مسائل مربوط به مدیریت بدن در همه مقاطع تحصیلی و به خصوص در آموزش عالی، گامهایی موثر در جهت جلوگیری از زیاده روی

افراد جامعه در مدیریت بدن است.

۷. فهرست منابع

*قرآن

- ابن فارس، احمد، معجم مقاییس اللغة، قم، مکتب الاعلام الاسلامی، ۱۴۰۴.
- ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، بیروت، دار الفکر، ۱۴۱۴.
- آمدی، عبد الواحد بن محمد، غررالحکم و دررالکلم، قم: دار الکتب الإسلامی، ۱۴۱۰.
- بروجردی، حسین، منابع فقه شیعه (ترجمه جامع احادیث الشیعه) مصحح: جمعی از فضلاء، انتشارات فرهنگ سبز، تهران
- پیره، روزه، روان شناسی اختلافی زن و مرد، ترجمه محمد حسین سروری، جان زاده، بی جا، ۱۳۷۷.
- تهانوی، محمد علی، موسوعه کشف اصطلاحات الفنون والعلوم، مکتبه لبنان، ۱۹۹۶.
- جوادی آملی، عبدالله، اسلام و محیط زیست، حق و تکلیف، قم: اسراء، چ ۵، ۱۳۸۸.
- ، تفسیر انسان به انسان، قم: اسراء، چ ۵، ۱۳۸۹.
- ، حیات حقیقی انسان در قرآن، قم: اسراء، چ ۲، ۱۳۸۴.
- ، حق و تکلیف، قم: اسراء، چ ۳، ۱۳۸۸.
- ، زن در آینه جلال و جمال، قم: اسراء، چ ۱۹، ۱۳۸۸.
- ، فطرت در قرآن؛ قم: اسراء، چ ۳، ۱۳۸۴.
- ، مبایده اخلاق در قرآن، قم: اسراء، چ ۶، ۱۳۸۷.
- حر عاملی، محمد بن حسن، وسایل الشیعه، قم: مؤسسه آل البيت علیهم السلام، ۱۴۰۹ ق
- حق جو، محمد حسین، خودنمایی و جلوه‌گری، قم، انصار المهدی عجل الله تعالی فرجه الشریف، ۱۳۷۵.
- دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، تهران، موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه ۱۳۷۳.
- رنجبران تهرانی /، علی اکبر، جز زیبایی ندیدم (شرحی بر کلام حضرت زینب علیها السلام)، ما رأیت الا جمیلاً؛ تهران، مجتمع فرهنگی عاشورا، ۱۳۹۰.
- سبحانی، جعفر، اصالت روح از نظر قرآن؛ قم: چاپخانه علمیه، ۱۳۵۸.

شجاعی، محمد، معاد یا بازگشت به سوی خدا، تهران، شرکت سهامی انتشار، چ ۳، ۱۳۹۲
طباطبایی، محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه محمد باقر موسوی، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۸۰.

طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الأخلاق، قم: الشریف الرضی، چ ۴، ۱۴۱۲ ق
فعالی، محمد تقی، مبانی سبک زندگی اسلامی، قم: موسسه آل یاسین، چ ۲، ۱۳۹۷.
کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، تهران، دار الکتب الإسلامیة ۱۴۰۷ ق.
کبیر مدنی، سید علیخان، ریاض السالکین فی شرح صحیفه سید الساجدین؛ مصحح:
محسن حسینی امینی، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۰۹ ق.
مجد، محمد، انسان در دو جلوه، مکیال، تهران، ۱۳۷۹.

مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، بحار الأنوار؛ بیروت، دار احیاء التراث العربی ۱۴۰۳، ق
مجلسی، محمد تقی، روضة المتقین فی شرح من لا یحضره الفقیه، مصحح: حسین موسوی
کرمانی، و علی پناه اشتهاردی، قم: مؤسسه فرهنگی اسلامی کوشانبور، ۱۴۰۶ ق.
محمدی ری شهری، محمد، مبانی شناخت؛ قم: موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث،
۱۳۸۸.

مصباح یزدی، محمد تقی، آموزش عقاید، نشر سازمان تبلیغات اسلامی، چ ۱۳، بی جا،
۱۳۷۴

مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن، بیروت: دار الکتب العلمیه، ۱۴۳۰.

مطهری، مرتضی، مجموعه آثار؛ ج ۳ و ۲، تهران: صدرا، چ ۸، ۱۳۷۷.

-----، مقدمه ای بر جهان بینی توحیدی، صدرا، تهران، ۱۳۷۷ / ۱۳۷۵.

مکارم، ناصر، تفسیر نمونه، ج ۲۱، قم: مدرسه امام امیرالمومنین علیه السلام، ۱۳۶۴.

یزدی، ملا عبدالله حاشیه علی تهذیب المنطق.

*مقالات:

۱. افلاک سیر، عبد العزیز و فاطمه ابراهیمی، مقاله «خود شیء انگاری و رابطه آن با افسردگی

۱. عزت نفس» مجله مطالعات اجتماعی و روان شناختی زنان، ش ۱، ۱۳۹۳.
۲. ابادری، یوسف، «جامعه شناسی بدن و پاره ای مناقشات» پژوهش زنان، دوره ۶، ش ۴، ۱۳۸۷.

۲. رضایی، احمد، «مدیریت بدن و ارتباط آن با عوامل اجتماعی در بین دختران دانشگاه مازندران» مطالعات راهبردی زنان، سال ۱۲، ش ۴۸، بهار ۱۳۸۹ /
۳. خواجه نوری، بیژن و علی روحانی و سمیه هاشمی، «سبک زندگی و مدیریت بدن»، فصلنامه علمی - پژوهشی جامعه شناسی زنان، سال دوم، ش چهارم، ۱۳۹۰.

*منابع اینترنتی:

<http://farsi.khamenei.ir>

<https://makarem.ir>