

تأثیر حجاب بر سلامت روانی زنان از منظر آیات و روایات

فاطمه جعفرزاده شهربابکی

معاون پژوهش حوزه علمیه معصومیه قرچک، کارشناسی ارشد فلسفه، سطح ۳ فقه و اصول.

نام نویسنده مسئول:

فاطمه جعفرزاده شهربابکی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۵/۰۳

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۷/۱۰

چکیده

زن جلوه‌ای از جمال، محبت، خلاقیت و ربوبیت الهی و رکن اساسی در تعلیم و تربیت است. اگر زنان به این منزلت واقف شوند و در پاسداری از آن بکوشند سبب ایجاد آرامش روانی شده و به تبع آن فرایند تربیتی و شخصیتی افراد در جامعه در مسیر صحیح ساماندهی می‌شود. تجربه ملت‌های گذشته نیز نشان دهنده این نکته است که هرگاه زنان، بلندای مقام و رسالت اصلی خود را درک نموده و در رشد شخصیت خود اهتمام ورزیده‌اند، منزلت و محبوبیت آنان حفظ شده، اجتماع در سلامت زیسته و ناهنجاری‌ها کمتر بوده است. اسلام به‌عنوان آخرین دین الهی برای حفظ فرد و جلوگیری از انحرافات که سرچشمه آنها بی‌حجابی و بی‌عفتی و عدم رعایت پوشش صحیح می‌باشد، برنامه‌ای را ارائه داده است که با تکیه بر آن می‌توان جامعه را از بی‌بند و باری و فساد نجات داد. حجاب ارزنده‌ترین نماد فرهنگی، اجتماعی در تمدن ایران اسلامی می‌باشد و در آیات و روایات فراوانی به این امر مهم اشاره می‌شود زیرا حجاب مهم‌ترین عامل سلامت روانی زنان است و با حفظ سلامت روانی زنان، سلامت جامعه نیز تامین می‌شود. پژوهش حاضر با استناد به آیات و روایات به بررسی تأثیر حجاب بر سلامت روانی زنان می‌پردازد.

واژگان کلیدی: حجاب، سلامت روانی زنان، آیات و روایات

مقدمه

واژه حجاب هفت بار در قرآن کریم آمده است و معنای کلمه در این هفت مورد، چیزی است که از هر جهت مانع دیده شدن چیز دیگر شود.

آیه ۵۹ سوره احزاب به این مطلب اشاره دارد:

"يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لِّأَزْوَاجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءِ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ ۚ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰ ۖ أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ ۗ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا، ای پیامبر به زنان و دخترانت و به زنان مؤمنان بگو پوششهای خود را بر خود فروتر گیرند این برای آنکه شناخته شوند و مورد آزار قرار نگیرند (به احتیاط) نزدیکتر است و خدا آمرزنده مهربان است."

حجاب و عفاف همواره بخشی عمده از رسالت انبیاء و اولیاء ادیان و علما بوده است زیرا حفظ حجاب و عفاف به حذف بسیاری از گناهان کمک می کند و رعایت حجاب اسلامی، به تهذیب و تزکیه نفس و ملکات نفسانی پرداخته و قرب الهی رانصیب انسان می سازد. مسأله ی حجاب یک دستور دینی است و از مسائل مهم جامعه ماست و باید به طور جدی به آن پرداخته شود. بدون تردید حجاب و پوشش، تأثیرات بسیار مثبتی بر روح و روان زن دارد. عفاف و پوشیدگی برای زنان، همچون سد و حفاظی است که زن در سایه ی آن از هر ذلت و تحقیری در امان می ماند. 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 تاثیرهای روانی آن بر زن، کمتر توجه شده است، نوشتار حاضر به دنبال آنست تا آثار حجاب را در سلامت روان زنان بررسی نماید.

مفهوم واژه حجاب

حجاب، به مفهوم مانع و حایل میان دو چیز است، خواه آن دو چیز از امور مادی و اشیای محسوس باشد و یا از امور معنوی و غیر محسوس.

راغب چنین می گوید: «حجب و حجاب به معنای منع از وصول و رسیدن دو چیز به همدیگر است.» (حسین راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ص ۲۱۹)

صاحب مقایس اللغه نیز می آورد: «حجب، دارای یک معنای اصلی است و آن منع است. گفته می شود: حجبته، یعنی او را منع کردم.» (ابن فارس، مقایس اللغه، ج ۲ ص ۱۴۷).

«حجاب یعنی پوشش و حجاب درون انسان، یعنی آن چه که بین قلب و سایر آن حائل می شود.» (جوهری، صحاح اللغه ج ۱ ص ۲۹۸)

کلمه «حجاب» در پوشش زنان اصطلاحی است که بیشتر در عصر ما پیدا شده و اگر در تواریخ و روایات پیدا شود بسیار کم است. (تفسیر نمونه؛ ج ۱۷؛ ص ۴۰۱).

بدون شک حجاب از ضروریات دین و از مسلمات اسلام و برگرفته از قرآن مجید است، و تمام فقهای اسلام در آن اتفاق نظر دارند. (تفسیر نمونه؛ ج ۱۷؛ ص ۴۰۲) هم چنین همه مذاهب اسلامی آن را قبول دارند؛ منظور از ضروری دین چیزی است که هر کس با مسلمین مقداری معاشرت داشته باشد، می فهمد مسلمانان به آن پایبند هستند. (احکام خانواده، ص ۳۳) در کلمات فقها از قدیمترین ایام تا کنون در مورد پوشش زنان معمولاً کلمه «ستر» به کار رفته (که به معنای پرده و پوشش و چیزهایی است که اشیای مختلف را با آن می پوشند). (پیام امام امیر المومنین علیه السلام؛ ج ۴؛ ص ۵۱۲).

فلسفه حجاب

حجاب از احکام ضروری اسلام است که عموم مسلمانان در رعایت آن اتفاق نظر دارند. کتاب، سنت، فقه و سیره ی اسلامی بر آن صراحت دارد. از نظر اسلام، حجاب وسیله ای است برای صیانت از زن و ارتقای شأن و شخصیت او. در فرهنگ اسلامی فلسفه حجاب و دلایل آن تبیین شده، و تبعات بدحجابی بیان گردیده است. همان گونه که در آیه های ۳۰ و ۳۱ از سوره نور تصریح شده، قرآن کریم نگاه مرد و زن را محدود کرده، و آن را رمز پاکی و طهارت روح آنان دانسته است. این پاکی و طهارت همان عفاف و پاک دامنی است که راه مفسد را می بندد و مرد و زن موظف شده اند عفت نفس را در غرائز نفسانی و امیال جنسی پاس دارند و

پیرو هواهای نفسانی نباشند، و نیز زن را مکلف کرده پوشش و سراندازهای خود را بر سر و گردن بیفکنند و زیور پنهان خود را جز برای همسر و محرمان آشکار نکنند. بنابراین، براساس آیات، روایات و فقه اسلامی، حدود نگاه و حجاب و مسائل غریزی در چارچوب شرع مقدس تبیین شده و تخلف از آن حرام و نامشروع است و فلسفه‌ی آن همان امنیت روانی، پاک‌دامنی، سلامت فرد، خانواده و سعادت جامعه‌ی بشری است و پاس‌داری از آن وظیفه‌ی فردی و خانوادگی و حاکمیتی است و تخلف از آن موجب ناکامی، نگون‌بختی، فساد و تباهی فرد، خانواده و جامعه است. با تأمل در حکمت تشریح حکم حجاب - که به تصریح آیات قرآن و احادیث، (ر.ک: احزاب: ۳۳، ۵۳، ۵۹؛ نور: ۶۰) ایجاد امنیت روانی و حفظ سلامت اخلاقی جامعه و ارزش گذاری عفاف و حیاست - گوناگونی مراتب احکام حجاب به خوبی قابل تحلیل است. تأکید قرآنو احادیث و متون فقهی بر اکتساب و تقویت ملکه عفت و تقوا، ضرورت رعایت حیا و در مناسبات زن و مرد غیرمحرم، و حرمت برخی امور (همچون فرار گرفتن زن و مرد غیرمحرم در یک محیط بدون امکان ورود شخص دیگر، نهی شدید از چشم‌چرانی مردان، و جوب ستر برای زن در برابر غیرمحرم و پرهیز او از هرگونه رفتار تحریک آمیز در محیط جامعه از قبیل تبرج یا سخن گفتن مهیج) بیانگر ارتباط وثیق عفاف و حیا با حجاب است. (ر.ک: احزاب: ۳۲-۳۳؛ نور: ۳۰-۳۱)

نقش موثر حجاب در ایجاد آرامش روانی

در منابع اسلامی درباره آثار روانی حجاب و بی‌حجابی مطالب زیادی وجود دارد. مثلاً در آیه ۶۰ سوره نور درباره فلسفه حجاب می‌فرماید: «وَأَنْ يَسْتَعْفِفْنَ خَيْرٌ لَّهُنَّ»؛ و اگر «زنان» خود را بیپوشانند برای آنها (خیر) بهتر است. کلمه «خیر» که به معنای سود و نفع است، مطلق است و به دلیل اطلاقش، هم شامل نفع مادی می‌شود و هم نفع معنوی. در آیه ۵۳ سوره احزاب، سود و نفع حجاب مشخص‌تر بیان شده است، در آنجا که می‌فرماید: «ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ»؛ این کار (حفظ حریم بین زن و مرد) برای پاکی دل‌های شما و آنها بهتر است. بنابراین طبق این دو آیه می‌توان گفت، اثر مهم حجاب برای زن، طهارت و پاکی قلبی است که مقدمه‌ای برای رسیدن به سلامت قلبی (قلب سلیم) است و از آن در روانشناسی به «سلامت روانی» تعبیر می‌شود.

در روایات نیز به تأثیر روانی حجاب بر زن اشاره شده است. امام علی (علیه السلام) در وصیت خود به امام حسن (علیه السلام) می‌فرماید: «وَأَكْفَفُ عَلَيْهِنَّ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ بِحِجَابِكِ أَيُّهِنَّ، فَإِنَّ شِدَّةَ الْحِجَابِ أَبْقَى عَلَيْهِنَّ»؛ (زنان را) در پرده حجاب نگاه دار تا نامحرمان را ننگرند، زیرا که سخت‌گیری در پوشش، عامل سلامت و استواری آنان است. (نهج البلاغه نامه ۳۱)

همچنین آن حضرت در حدیث دیگری می‌فرماید: «صَيَانَةُ الْمَرْأَةِ أَنْعَمُ لِحَالِهَا وَ (أَدْوَمُ) لِحَمَالِهَا»؛ پوشش و حجاب برای حال زن بهتر است و سبب دوام زیبایی او می‌شود. (مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۵۵)؛ منظور از حال زن در این حدیث، وضعیت روانی اوست که رعایت حجاب سبب تعادل آن می‌شود. و نیز پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله) می‌فرماید: «خَيْرٌ نَسَائِكُمُ الْغَفِيفَةُ»؛ بهترین زنان شما زنان پاکدامن و عقیف‌اند. (الکافی ۱۳۶۷، ج ۵، ص ۳۲۴)؛ این روایت نیز همان چیزی را می‌گوید که در آیه ۶۰ سوره نور گذشت.

اگر انسان‌ها در زندگی روزمره خود و در کوچه و خیابان، محل کار، تحصیل و حتی داخل منزل احساس امنیت نکنند و دائماً در ترس و دلهره باشند، به تدریج دچار اضطراب می‌شوند. در این میان زنان به دلیل ویژگی‌های شخصیتی و موقعیت اجتماعی‌شان، آسیب‌پذیری بیشتری دارند و طبعاً نیاز بیشتری به امنیت دارند. زیرا در بین جوامع بشری همیشه مردانی وجود دارند که به جهت نداشتن تربیت صحیح انسانی، به دنبال فرصتی هستند تا زنان را مورد سوء استفاده‌های جنسی قرار دهند و یا حداقل مردانی که زمینه‌های انحرافی در آنها وجود دارد، و به تعبیر قرآن «فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ» (احزاب، ۳۲) یعنی بیمار دل هستند، با دیدن کوچک‌ترین محرک جنسی، عنان اختیار را از کف داده و نسبت به زنان بی‌حرمتی روا می‌دارند. بنابراین با توجه به آیات و روایات مشخص می‌شود که حجاب مهم‌ترین عامل در سلامت روانی افراد است و توجه به این مطلب سبب می‌شود که در ترویج فرهنگ حجاب کوشش شود زیرا توجه به بعد روانی انسان‌ها و حفظ سلامت آن مهم‌ترین عامل سعادت و کمال انسان است.

رابطه حجاب و ارزشمند شدن

یکی دیگر از ثمرات حجاب برای زن، گران به‌تر شدن او برای مرد و در نتیجه، به وجود آمدن عشق است که لذت بخش ترین عواطف انسانی است. نیاز به دوست داشتن و محبوب دیگران واقع شدن، همچنان که «مزلو» روانشناس غربی در سلسله مراتب خود به آن اشاره کرده، یکی 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 در زندگی از دست می‌دهد؛ به عبارت دیگر، شکست در عشق، شکست در همه چیز اوست.

«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» و در جای دیگر می‌نویسد: «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.» (لذات فلسفه، ص ۱۳۵ و ص ۳۴).

در مقابل، اگر زنان مورد بی‌مهری و بی‌توجهی قرار گیرند و یا تحقیر شوند، بیش از دیگران در معرض ناراحتی‌ها و مشکلات روانی قرار می‌گیرند و سلامت روانی خود را از دست می‌دهند. آنان زمانی می‌توانند این نیاز را در خود تأمین کنند که ارزش واقعی خود را به عنوان یک انسان از دست ندهند. مسئله 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، او را در نظر مرد محبوب می‌کند و مرد را آماده فداکاری و جان‌فشانی برای او می‌کند. در واقع نقش مهم حجاب برای زن حفظ جایگاه معشوقیت اوست.

اما اگر زن زیبایی‌های خود را در معرض نمایش قرار دهد، کم‌کم برای مردان عادی می‌شود و به تدریج از ارزش او کاسته می‌شود؛ ولی وقتی زن خود را می‌پوشاند، نه تنها ارزش او کم نمی‌شود، بلکه برای مرد جذاب‌تر و رؤیایی‌تر جلوه می‌کند. زیرا «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.» (تاریخ تمدن، ج ۱، ص ۶۰).

احساس ارزشمند بودن در تقویت اعتماد به نفس و عزت نفس افراد بسیار موثر است. توجه به مسأله‌ی حجاب نوعی ارزش‌گذاری برای زنان است، حاصل این ارزش‌گذاری رشد و پیشرفت زنان در اجتماع و به دنبال آن تقویت عزت نفس است. و در نتیجه سلامت روانی زنان را به دنبال دارد.

محافظت از عواطف انسانی زن

یکی از تفاوت‌های آشکار بین زن و مرد تفاوت در میزان عواطف و احساسات است. خداوند متعال احساسات و عواطف زن را قوی‌تر و متنوع‌تر از مرد قرار داده است. نقش این عواطف در زندگی انسان بسیار مهم و حیاتی است به طوری که بدون وجود آن، ادامه زندگی ناممکن می‌شود. این نقش می‌تواند به دو جهت باشد: اول منبعی مهم و عاملی اصلی برای آرامش و سکون در زندگی زناشویی است، (ر.ک: روم ۲۱). و دوم مسئولیت‌مادری است که آفرینش بر عهده زن قرار داده است. این مسئولیت‌استعداد مادری زمانی می‌تواند فعلیت پیدا کند که روح و روان زن سرشار از عاطفه باشد، تا با تربیت فرزندان، عواطف انسانی را به آنها منتقل کند؛ عواطفی که جامعه انسانی شدیداً به آن نیازمند است و تمام مصائب و مشکلات دنیای کنونی بشریت از کمبود آن نشأت می‌گیرد.

آنچه در اینجا توجه به آن بسیار حائز اهمیت است، این است که چگونه باید از این منبع بسیار با ارزش حفاظت کرد و در رشد و گسترش آن کوشید تا خرابی و فساد در آن راه نیابد و نسل بشری متضرر نگردد؟ اسلام با واجب کردن حجاب، بهترین راه

را برای حفظ و بقاء عواطف و احساسات با ارزش و انسانی زن تعیین کرده است. عواطفی که اگر در زن نابود شود نه تنها هسته روانی زن را تهدید می کند و او را دچار مشکلات روانی حادث می کند، بلکه جامعه انسانی را نیز به نابودی می کشاند.

پایبندی به اصول اخلاقی

یکی از ضروری ترین نیازهای بشریت در رسیدن به سلامت روانی، اخلاق و پایبندی به اصول آن است. انسان زمانی می تواند به سلامت و آرامش روانی برسد که در سایه ایمان و اخلاق زندگی کند. شرط اصلی پایبندی به اخلاق، پرهیز از سقوط در پرتگاه شهوات حیوانی است. حجاب با آرامش روانی رابطه تنگاتنگ دارد. شخصی که خود را در هاله حجاب قرار می دهد به قدری توانمند و مقتدر می شود که می تواند به خود اجازه دهد در تمام عرصه های اجتماعی حضور پیدا کند. حکم حجاب اجتماعی است و برای زنان زمینه ایجاد می کند تا با اقتدار در جامعه حاضر باشند و نگران این نباشند که جامعه جنس مخالف از آنها بخواهد سوء استفاده یا امتیازی کسب کند و نگاه های شهوانی و طمع آمیز به آنها داشته باشد. وقتی که زن به این باور برسد که با قرار گرفتن در پوشش و محجبه شدن می تواند در اجتماع، به راحتی رفت و آمد کند و ارتباط بگیرد موجب آرامش روانی او می شود. حجاب تاثیر مستقیمی در حفظ ارزش و کرامت زن و مرد دارد. شخص محجبه با بلندگوی حجاب خود اعلام می کند که هیچ نیازی به دیده شدن ندارد و با عزت و کرامت کامل در جامعه رفت و آمد می کند، هیچ نوع حقارت و کم بودی ندارد که بخواهد با نمایش گذاشتن زیبایی ها و زینت هایش آن را از جامعه گدایی کند. حجاب ارزش و کرامت زن را بالا می برد به خاطر این که چشم های آلوده را از او می پوشاند. به این دلیل که نمی گذارد هر کسی در هر جایگاهی و با هر حقارتی به خودش اجازه دهد به جایگاه مقدس یک شخص محجبه تعدی داشته باشد. حجاب موجب استحکام خانواده می شود به جهت اینکه وقتی مرد از کانون خانواده خارج و در جامعه وارد شد، زمانی که همه محجبه هستند موردی را برای مقایسه کردن با همسر خود پیدا نمی کند. این مقایسه گری و حساب و کتاب باعث جدایی، کدورت و تاری روابط زناشویی می شود. حجاب کمک می کند تا کانون خانواده گرم بماند. امروز، متأسفانه هرزگی بعضی از افراد بی حجاب در جامعه علت اصلی این گسستن پیوندها شده است و همچنین گاهی اخباری که درباره جرم و جنایت ها به گوش می رسد ریشه تحلیلی آنها در بُعد بی حجابی بعضی از افرادی است که از روی بی دقتی و گاهی از روی عناد وارد جامعه می شوند و این خیانت تام به جامعه زنان و دختران است و در اصل زنی که بی حجاب وارد جامعه می شود جایگاه مقدس زنان را در جامعه آلوده می کند.

بنابراین می توان نتیجه گرفت، حفظ اخلاق و ایمان جوامع و برقراری صلح و صفا بستگی زیادی به حفظ حجاب و حریم زن و مرد دارد. اینجاست که ما می توانیم به ارزش حجاب و پوشش زن پی ببریم و آن را به عنوان عاملی مهم در حفظ اخلاق و راهی برای رسیدن به سلامت روانی زنان و بالتبع سایر افراد محسوب کنیم.

یافته های پژوهش

با وجود پیشرفت های سریع در زمینه حل مشکلات جسمی انسان ها، علم پزشکی هنوز گامی موثر در خصوص حل مشکلات روانی انسان ها برنداشته است، این در حالی است که مشکلات روانی علاوه بر زوال آرامش فرد، نقش موثری را در پدیداری بیماری های جسمانی نیز ایفا می کند؛ تقویت حجاب با ایمان می تواند باعث کاهش مسائل و مشکلات روحی و افزایش آرامش باشد. انسان به عنوان عضوی از جامعه، باید تابع ضوابط اجتماعی باشد تا وظیفه فردی خود را در بر پا کردن آرامش و امنیت در جامعه انجام دهد. یکی از فلسفه های حقیقی وجوب حجاب، حفظ آرامش زن و به تبع آن سلامت روانی اوست. اگر سلامت روانی زنان تامین شود جامعه نیز سالم می ماند. پایبندی به اصول اخلاقی، حفظ شخصیت زن، تقویت ایمان و حفاظت از عواطف انسانی آثار توجه به مساله ی حجاب است که منجر به آرامش روانی می شود.

منابع و مراجع

- [۱] قرآن کریم
- [۲] نهج البلاغه
- [۳] ابن فارس، احمد بن فارس، مقائیس اللغه، قم، مکتبه اعلام اسلامی، ۱۴۱۲ق
- [۴] جوهری، اسماعیل بن حماد، صحاح اللغه، بیروت، دار العلم، ۱۴۰۴ق
- [۵] راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات، بیروت، دار الشامیه، ۱۴۱۲ق
- [۶] کلینی، محمد بن یعقوب، اصول کافی، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ق
- [۷] مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الاسلامیه، ۱۳۸۰ش
- [۸] احکام خانواده، تهران، سوره مهر، ۱۳۸۸ش
- [۹] پیام امیر المومنین، قم، موسسه ی آل البيت، ۱۳۸۶ش
- [۱۰] نوری، میرزا حسین نوری، مستدرک الوسائل، قم، موسسه آل بیت، ۱۳۶۸
- [۱۱] ویل دورانت، لذات فلسفه، ترجمه عباس زریاب، تهران، انتشارات علمی فرهنگی، ۱۳۸۸
- [۱۲] تاریخ تمدن، ترجمه احمد بطحائی، تهران، انتشارات علمی فرهنگی، ۱۳۷۸