

جلوه های درمانی قرآن کریم

مقدمه

در حوزه علوم بشری، پزشکی، سرآمد همه دانش هاست چرا که فلسفه سایر علوم بهره وری انسان از مواهب زندگی است و این هدف جز در پرتو سلامت جسم و جان میسر نیست. از این رو امام محمدباقر علیه السلام می فرماید:

"بدان که نه هیچ دانشی چون جستن سلامت است و نه هیچ سلامتی چون سلامت دل"
(تحف العقول ص 286)

فلسفه احکام و قوانین اسلامی، تکامل مادی و معنوی جامعه انسانی است، از نگاه اسلام، بزرگترین نعمت الهی، سلامت جسم و بزرگتر از آن سلامت جان است. مسئله این است که اگر اسلام تکامل و سعادت انسان را هدف خود قرار داده، برای مبارزه با بیماری ها و تامین سلامت جامعه چه برنامه ای دارد؟

بررسی متون اسلامی به روشنی نشان می دهد که یکی از اهداف مهم احکام اسلامی طب است. خداوند متعال، تصریح می کند که قرآن و برنامه نورانی و حیات بخش آن، جامعه را به سوی سلامت سوق می دهد.

"یهدی به الله من اتبع رضوانه سبیل السلام" (مائده آیه 16)

"خداوند، هر که را از خشنودی او پیروی کند، بوسیله آن به راههای سلامت، رهنمون می شود."

بدین سان انسان می تواند بایستادگی و پایداری خود را در برنامه هایی که او برای زندگی بشر ارائه کرده، به بزرگترین نعمت الهی یعنی سلامت و در نهایت سعادت و خوشبختی در دنیا و آخرت دست یابد.

- آیا قرآن شفا بخش است؟

آموزه شفا جویی از قرآن کریم چیزی از پیش خود ساخته یا سنت مرسوم در فرهنگ عامیانه نیست بلکه حقیقتی است که خداوند رحمان در متن قرآن بدان اشاره کرده است.

در سه جای از آیات قرآن کریم به مسأله شفا بودن قرآن برای دردهای جسم و جان انسان اشاره شده است:

"و ننزل من القرآن ما هو شفاء و رحمه للمومنین ولا یزید الظالمین الا خسارا" (اسراء 182)

"و از قرآن آنچه شفا و رحمت است برای مؤمنان نازل می کنیم و ستمگران را جز خسران و زیان نمی افزاید."

"یا ایها الناس قد جاء تکم موعظة من ربکم و شفاء لما فی الصدور وهدی ورحمة للمومنین"

"ای مردم اندرز از سوی پروردگارتان برای شما آمده است و درمانی برای آنچه در سینه هاست و هدایت و رحمتی است برای مومنان."

"قل هو للذین آمنوا هدی و شفاء..."

"بگو: این کتاب برای کسانی که ایمان آورده اند: هدایت و درمان است."

همان طور که در آیات بالا نیک پیداست خداوند در قرآن، قرآن را مایه شفا و رحمت برای مومنان، شفای آنچه در سینه هاست و مایه هدایت و رحمت برای مومنان معرفی کرده است.

پس اینک که قرآن خود را شفا و مایه رحمت و هدایت معرفی کرده است به این ریسمان آویخته از سوی خدای متعال چنگ زنیم و درمان دردهای نهان و آشکار خود را به وسیله قرآن از خدای قرآن طلب کنیم.

– چگونه قرآن شفا بخش است؟

به نظر می رسد که تحقق شفا به وسیله قرآن از سه طریق امکان پذیر است:

تأمین سلامت روان، تأمین سلامت جسم و معرفی اصول طبی لازم برای حفظ تندرستی.

در این مقاله که به روش کتابخانه ای تدوین شده، سعی شده که با جستجو در آثار مختلف، سلامت جسم و روان و درمان بیماری ها در خود آیات بررسی شود.

تأمین سلامت روان

ما به عنوان یک مسلمان معتقد، آثار روانی آیات الهی را باور داشته و شاهد آن نیز بوده ایم طبق تعالیم قرآن کریم در انسان دو جریان روانی وجود دارد. یکی فطرت که منشأ الهی داشته و طبق آیه "فطرت الله التي فطر الناس عليها" سرشت انسانها را تشکیل می دهد و دیگری غرایز نفسانی که از آنها تعبیر به نفس اماره شده و انسان را دعوت به بدی و پلیدی می کند. هریک از این دو جریان سعی دارد تا بر وجود انسان حاکمیت پیدا کند.

انسان سالم از نظر روان نیز کسی است که فطرتش بر او حاکم شده و نشانه بارز این حاکمیت آرامش درون است که قرآن از آن تعبیر به سکینه و اطمینان قلب می کند:

"هو الذی انزل السکینه فی قلوب المومنین"

(اوست آنکه فرستاد آرامش را در دل های مومنان)

و اما راه رسیدن به آرامش قلب که مقدمه سلامت روان است، ذکر خدا به مفهوم او را در همه حال حاضر و ناظر بر خود دیدن است:

"الا بذكر الله تطمئن القلوب" (رعد 28)

(همانا با یاد خدا دل ها آرام گیرد.)

آرامش مومن نشانه انسجام عناصر روانی اوست و این آرامش در سایه ذکر به دست می آید. هر آنچه ذکر خداوند متعال باشد و باعث شود تا ما خود را در محضر ذات مقدسش بیابیم، باعث حاکمیت فطرت و در نتیجه آرامش روان می شود و چه ذکرى بالاتر از قرآن کریم که تعالیم درخشان آن و حتی صوت تلاوت آن، حضور دائم ما در محضر خداوند را گوشزد می کند.

تأثیر موسیقایی آوای قرآن کریم در کاهش درد و اضطراب

یکی از زیباترین، موزون ترین و روح انگیز ترین موسیقی ها، نغمه دلنشین و صوت فرح بخش قرآن کریم می باشد. با شکوه ترین بعد اعجاز زیبایی قرآن، همسازی با نغمه های دلنشین و آهنگ های وزین صوتی است.

درباره شفابخشی قرآن از جنبه علوم پزشکی برخی از محققین تأثیر قرآن بر انسان را در زمینه های مختلف مورد بررسی و مطالعه قرار دادند و به نتایج جالب و شگفت انگیزی دست یافته اند. آوای قرآن بعنوان یکی از موسیقی های آئینی متناسب با ساختار جامعه ما مورد توجه پژوهشگران جهت کاستن درد و اضطراب بیماران قرار گرفته و در این زمینه مطالعاتی انجام شده است. نتایج به دست آمده در تحقیق تجویدی 1377 (تحت عنوان بررسی تأثیر قرآن بر اضطراب بیماران قبل از عمل جراحی که بر روی 80 نفر انجام شد نتایج نشان داد که در گروه آزمون (40 نفر) که با استفاده از ضبط صوت و گوشی حداقل 2 بار هر بار به مدت 15 دقیقه قبل از عمل به آوای قرآن (آیات 1 تا 36 سوره مریم) گوش دادند میزان کاهش اضطراب نسبت به گروه شاهد بطور معنی داری بیشتر بوده است.

با توجه به مطالعات انجام شده پژوهشگران در مورد تأثیر آوای قرآن بعنوان یک روش غیر دارویی، کم هزینه، مفید جهت کاهش اضطراب و درد بیماران و با عنایت به اصالت موسیقی قرائت قرآن و وسعت توجه عامه مردم به آن و تقدسی که بین جامعه دارد پیشنهاد می شود آوای قرآن کریم در قبل و بعد از اقدامات درمانی جهت کاهش اضطراب و تسکین درد مددجویان مورد استفاده قرار گیرد.

تأمین سلامت جسم و درمان بیماری های آن

درمان بیماری کاتاراکت

"اذهبا بقمیسی هذا فالقوه علی وجه ابی یات بصیرا واتونی باهلمکم اجمعین" (یوسف آیه 93)

چشم انسان به بیماریهای بسیاری مصاب می شود. که از آن جمله بعضی از آنها عارضه های بسیط، ولی بعض دیگر عوارضی خطیر و مهم اند. این امراض خطیر در دو بیماری شایع تمثیل می شوند که عبارتند از بیماری گلوکوما یا آب سیاه و کاتاراکت یا آب سفید. زیرا این بیماری ماده شفاف عدسیه چشم را به ماده سفید تیره مبدل می سازد. درست همانند سفیدی تخم مرغ قبل و بعد از پخته شدن آن. سفیده مایع تخم مرغ قبل از پختن آن شفاف و زلال است، اما همین که در آب جوش افکنده شود، زلالیت آن به رنگ سفید تیره غلیظ مبدل می گردد.

عامل بیماری گلوکوما معمولاً پیری است، اما در بیماری آب سفید یا کتاراکت، فقط پیری عامل آن نبوده بلکه علم طب در عصر حاضراتبات کرده است که در ضمن اسباب و علل این بیماری، یکی هم بالا رفتن فشار خون، بسیاری گریه و اندوه و اضطرابات و تشوشات روحی و روانی است. علائم این مرض در ابتدا ضعف دید است که رفته رفته زیاد می شود و به تدریج سفیدی ای در عدسیه چشم به ظهور می رسد، و چون این سفیدی فراگیر شد، دید انسان دیگر تماماً از بین می رود.

علم طب حتی تا اواخر قرن گذشته بر این پندار بود که علت این مرض همانا نزول ماده سیال سفید و مضری است که از مخ انسان سرازیر گردیده و در پشت عدسیه چشم وی جا می گیرد و لذا متنوع دید وی گردیده او را به کوری مبتلا می گرداند و از این جهت این مرض را به نام کتاراکت (آب مروارید) نامیده اند. و عجیب این است که قرآن کریم یکهزار و چهار صد سال قبل در سوره (یوسف علیه السلام) اعراض این مرض را توضیح داده و در آیه (84) از این سوره درباره حضرت یعقوب «علیه السلام» می گوید:

"و تولى عنهم و قال يا اسفى على يوسف وابيضت عيناه من الحزن فهو كظيم" (و از آنان روی گردانید و گفت: ای دریغ بر یوسف علیه السلام و در حالی که اندوه خود را فرو می خورد، چشمانش از اندوه سپید گردید).

اما آیه (93) از همین سوره توضیح می دهد که چگونه سیدنا یوسف علیه السلام با افکندن پیراهنش بر رخساره پدر خواستار درمان وی گردید:

"اذهبوا بقمیصی هذا فالقوه علی وجه ابی یات بصیرا و اتونی باهلکم اجمعین"

(این پیراهن مرا ببرید و آن را برچهره پدرم بیفکنید تا بینا شود.)

آری بعد از اینکه حضرت یعقوب علیه السلام احساس کرد که فرزندش زنده و سلامت است، غم و اندوه عمیق وی برطرف گردیده فشارخون آن پایین آمد و حالتی از سعادت و شادمانی بر وی مستولی گردید و درست در این هنگام بود که بینایی وی مجدد بازگشت، چنانکه آیه 96 می گوید: "فلما ان جاء البشیر القاه علی وجهه فارتد بصیرا" (پس چون مژده رسان آمد، آن پیراهن را بر چهره او انداخت، پس بینا گردید.)

و این چنین است که قرآن کریم صدها سال قبل، اعراض این مرض را توصیف نموده اسباب و عللش را روشن می سازد و نهایتاً علاج آن را نیز بازگو می نماید.

بیماری که ارتفاع فشار خون به علت حزن و گریه زیاد سبب آن می شود، و پایین آمدن فشار بر اثر خوشحالی و سرور نیز آن را ازبین می برد.

گفتار درمانی

"و اذ نادى ربك موسى ان ائت القوم الظالمين قوم فرعون الا يتقون قال رب انى اخاف ان يكذبون و يضيق صدري و لا ينطلق لسانى فارسل الى هارون و لهم على ذنب فاخاف ان يقتلون" (شعراء 10-14)

(و هنگامی که خواند پروردگار تو موسی را که برو به نزد گروه ستمکاران، قوم فرعون چرا پرهیزکاری نکنند، گفت پروردگارا ترسم که مرا تکذیب کنند و تنگ شود سینه ام و لکنت زبان پیدا کنم. پس بفرست با من هارون را و بر من به گناهی ادعا دارند که می ترسم مرا بکشند.)

امروزه مشخص شده که علل روانی لکنت زبان شامل ناراحتی از محیط، ترس، اضطراب، نگرانی و عدم اعتماد می باشد. قرآن کریم در آیات فوق علت لکنت زبان حضرت موسی (ع) را چنین بیان می کند:

بنابراین فشار روحی و ناراحتی و عدم اعتماد از محیط ستمکارانه فرعون که موسی را قاتل یک نفر مصری می داند و ترس از این که مبادا فرعونیان متکبر او را تکذیب کنند و این امر موجب لکنت زبان او در امر تبلیغ شود، باعث شد تا او از خدا بخواهد که برادرش هارون را با او بفرستد.

در قرآن این روش موفقیت آمیز گفتار درمانی را به صورت کامل تری می بینیم:

1) خداوند متعال به حضرت موسی علیه السلام توصیه می کند که با فرعون به نرمی سخن بگوید: "فقولا قول لینا." و جالب این که به هیچ پیغمبری چنین توصیه ای نشده است.

2) خداوند سخن حضرت موسی (ع) را می شنود: "انا معکم مستمعون." و خواسته اش را برآورده می کند: "قد اوتیت سولک یا موسی."

3) خداوند نه تنها لکنت حضرت موسی (ع) را به رویش نمی آورد بلکه با این عبارت که نترسید، منم با شما، می شنوم و می بینم، اضطراب او را کنار زده و به او اعتماد و اطمینان می بخشد: "لا تخافا انی معکما اسمع واری."

4) حضرت موسی (ع) با دعا به روان درمانی می پردازد و خود را تسکین می دهد لذا مشکل لکنت زبان وی از سر چشمه آنکه ترس و دلتنگی و اضطراب درونی است، شفا می یابد: "قال رب اشرح لی صدری و یسر لی امری و احلل عقده من لسانی یفقهوا قولی."

(گفت: پروردگارا به من شرح صدر عنایت فرما و کار مرا آسان گردان و گره از زبانم بگشای تا گفتار مرا بفهمند.)

درمان مشکلات جسمی با آوای قرآن کریم

پژوهشی در سال 1991 در مجله British Journal به چاپ رسیده که عنوان آن درمان سرطان به روش طب سوزنی رادیو فرکانس با استفاده از تلاوت قرآن کریم است. در این تحقیق دکتر Imam به همراه یک تیم کامل پزشکی صبورانه و به مدت 8 سال به طور نیمه تجربی به مطالعه و تحقیق پرداخته اند.

روش تحقیق به این صورت بوده که تلاوت آیات 1-19 سوره مبارکه یس را به شکل امواج رادیویی به کمک ترانس دیوسری بر روی نقلط طب سوزنی بیمار عبور می دادند و این کار روزانه برای هر بیمار 10 دقیقه و به مدت یک هفته ادامه می یافت. در پایان محقق به این نتیجه رسیده که در این روش علاوه بر این که کاهش علامت بالینی قابل ملاحظه ای شامل تسکین درد، بهبودخواب، رفع تهوع و استفراغ، کاهش تومور و بهبودی سریع زخم مشاهده گردید، در 20٪ موارد جواب مجدد پاتولوژی منفی گزارش شد و در 40٪ موارد نیز بهبود نسبی بوده است.

همچنین تحقیقی نیمه تجربی در سال 1373 در دانشگاه تربیت مدرس تحت عنوان بررسی میزان تأثیر آوای قرآن کریم بر کاهش درد بیماران بعد از اعمال جراحی شکم انجام گرفت که نتایج پژوهش بیانگر تأثیر شگرف آوای قرآن کریم به عنوان یک صوت سازمان یافته موزون و یک آهنگ دلپذیر دینی و عرفانی بر کاهش درد بعد از اعمال جراحی شکم می باشد.

درمان بیماری های پوستی با کدو

"فنبذنا بالعرء و هو سقیم و انبتنا علیه شجره من یقطين." (صافات 145-146)

(یونس را از شکم ماهی به صحرای خشکی افکندیم در حالی که بیمار بود و در آن صحرا بر او درخت کدو رویاندیم.)

امروزه مشخص شده است که کدو تشنگی را تا حد زیادی رفع می کند. از طرفی کدو دارای موادی است که برای ترمیم ضایعات پوستی و تقویت بدن مفید می باشد و این همان غذایی بود که حضرت یونس (ع) به شدت نیازمند آن بود.

درمان درد و خونریزی زایمان با خرماي تازه

"...تساقط علیک رطبا جنیا..." (مریم 24-26)

زمانی که درد زایمان حضرت مریم شروع شد خداوند متعال به او فرمود تا شاخه نخل را تکان داده و رطب تازه ای که از آن می ریزد را بخورد.

خونریزی پس از زایمان یکی از علل مهم عوارض مرگ و میر مادران می باشد. تحقیقاتی در رابطه با تأثیر عصاره تخم شوید، زیره و خرما بر خونریزی بعد از زایمان انجام شده است که نتایج آن نشان می دهد که کلسیم سرتونین، اسید لپتولتیک آنزیم پروکسیداز موجود در خرما نقش مهمی در کنترل خونریزی دارد. از طرفی گلوکز موجود در خرما منبع مهمی برای تولید انرژی در بدن استوهمچنین تأثیر خوبی بر عضلات رحم داشته و سریع هضم و جذب می شود. در ضمن رشد خرما چند مرحله دارد و مرحله رطب مرحله ای است که حضرت مریم از آن خورد و تحقیقات پیرامون تأثیر رطب بر خونریزی بوده است. بنابراین می توان مصرف آن را در زایمان طبیعی پیشنهاد نمود.

درمان بیماری های مختلف با عسل

"یخرج من بطونها شراب مختلف الوانه فيه شفای للناس" (نحل 69)

1) عسل و درمان دیابت: اخیراً موادی در عسل کشف شده که از نظر خواص درمانی شباهت زیادی به انسولین دارد، لذا می توان آن را به عنوان ماده ای مؤثر در تبادلات مواد قندی خصوصاً در بیماران دیابتی در نظر گرفت.

2) خاصیت آنتی بیوتیکی عسل: به علت غلظت زیاد عسل و بالا بودن فشار اسمزی آن، هیچ نوع موجود زنده ای قادر به ادامه زندگی در آن نخواهد بود. یک عامل دیگر در داشتن خاصیت ضد میکروبی عسل، تشعشعات رادیو اتیو آن است. و عوامل دیگر، آنتی بیوتیکها و آنزیم های موجود در عسل است که از آن یک محیط سترون و سالمی برای ضد عفونی کردن می سازد.

3) خاصیت ضد سرطانی عسل: آمار نشان میدهد که نسبت به سایر مشاغل، زنبورداران به ندرت به سرطان مبتلا می شوند.

4) تأثیر عسل بر سرفه کودکان: طبق تحقیقاتی که بر روی کودکان مبتلا به عفونت ویروسی دستگاه تنفسی انجام شده مشخص شده که تجویز مقدار اندکی عسل پیش از خواب به کودکان به تسکین سرفه های شبانه کمک می کند و مشکلات خواب او را کاهش می دهد.

5) تأثیر عسل بر بیماری آنمی: یکی از آثار خوب خوردن عسل، خون سازی است. عسل از نظر آهن، غذایی است غنی که با مصرف آن سنتز هموگلوبین و در نتیجه گلبول های قرمز خون را افزایش می دهد و این مسأله در آزمایشهایی که انجام شده است به خوبی مشخص است.

عسل خواص درمانی زیادی دارد به همین دلیل در قرآن از آن به عنوان "شفا" نام برده شده است که نشان دهنده پر خاصیت بودن آن است.

درمان بیماری پوستی با آب سرد

"و ایوب اذ نادى ربه مسنى الضر و انت ارحم الراحمین" (انبیاء 83)

(و یاد کن حال ایوب را وقتی که دعا کرد پروردگارا مرا بیماری و رنج سخت رسیده و تو از همه مهربانان عالم مهربان تری.)

"ارکض برجلک هذا مغتسل بارد و شراب" (ص 42)

(به او خطاب کردیم پای خود را به زمین بز ن این است شستشوی خنک و نوشیدنی)

آنچه از تاریخ و روایات بر می آید بیماری حضرت ایوب (ع) یک بیماری پوستی بوده است. در این روش اساسی برای درمان بیماری پوستی از راه تلفیق درمان موضعی با درمان عمومی (خوراکی) ارائه شده است. وقتی می فرماید "مغتسل بارد" به درمان موضعی (مثل شستشو یا مالیدن مرهم و...) اشاره دارد و هنگامی که می فرماید "شراب" به درمان عمومی نظر دارد. از طرفی به مؤثر بودن درجه حرارت در درمان اشاره شده و امروزه

بسیاری از بیماری های پوستی به صورت موضعی با سرما علاج می شوند که به آن ها "کرایوترپی" گفته می شود. همچنین می دانیم که آرامش یا آشفتگی عصبی نیز نقش مهمی در تشدید یا درمان بیماری پوستی دارد و در این آیه متوجه آرامش و اطمینان قلب حضرت ایوب (ع) مبنی بر اینکه خداوند ارحم الراحمین می تواند او را معالجه نماید می شویم.

دعا و تأثیر آن در بیماری های جسمی

"الا بذكر الله تطمئن القلوب" (آگاه باشید که به ذکر خدا دلها آرام می گیرد.) (رعد 28)

دعا از مصادیق روشن یاد خداست و مناسب ترین زمان آن از دیدگاه انرژی هستی و کیهانی، بین اذان صبح تا طلوع آفتاب است. پژوهش ها نشان داده اند که دعای و نیایش و نیروی شفابخش حاصل از آن موجب جلوگیری از رشد سلول های سرطانی، حفاظت از گلبول های قرمز خون، تغییر حالت شیمیایی خون و افزایش اکسیژن رسانی توسط خون به اندام ها و نیز بهبود سریع تر زخم ها و جراحات پوستی می شود.

معرفی اصول مربوط به تندرستی در قرآن کریم

در گفتار قبل در مورد نقش قرآن کریم در سلامت روان و تأثیر غیر مستقیمی که سلامت روان بر سلامت جسم می گذارد سخن گفتیم. همچنین نمونه هایی از آیات که در قرآن برای درمان بیماریهای جسمی آمده را آوردیم، در ادامه قصد داریم که با کمک آیات به معرفی اصول مربوط به تندرستی که رعایت آن برای همگان سودمند است بپردازیم:

1) پرهیز از اسراف در طعام: "كلوا و اشربوا و لاتسرفوا" (بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید.) (اعراف 31)

اولین مفهومی که از آیه در ذهن نقش می بندد این است که در مصرف غذا نباید زیاده روی کرد، ولی به نظر می رسد که مفهوم آیه فراتر از زیاده روی باشد. اسراف یعنی مصرف نابجا، یعنی مصرف چیزی به ناحق. درست است که پرخوری نوعی اسراف است ولی

بدخوری و خوردن غذاهایی که برای بدن مضر است، اگرچه مقدار آن کم است، اسراف می باشد و کم نیستند بیماری های که در اثر رعایت نکردن این اصل مهم بروز می کنند.

2) چه زمانی از شبانه روز باید غذا خورد: "و لهم رزقهم بكرة و عشیا" (و روزیشان در آنها صبح و شب مهیاست. " (نحل 69)

از این آیه می توان چنین برداشت کرد که مهم ترین وعده های غذایی، صبحانه و شام است که باید به آن توجه ویژه داشت.

3) دقت در کیفیت غذا: "فلینظر الانسان الی طعامه" (پس انسان به طعامش نظر کند. (عبس 24)

دقت در طعام ابعاد مختلفی دارد. یکی از ابعاد آن این است که انسان در طعام خود دقت کند و تفکر کند که این طعام چه مراحل طی کرده و چگونه به دست او رسیده است تا خدا را بر این نعمت شکر کند و بعد مهم تر از آن این است که دقت کند طعام او حلال است یا نه؟

اما به نظر می رسد که آیه فوق علاوه بر ابعاد روحانی و تربیتی به این معنا باشد که انسان در چیزی که می خورد دقت داشته باشد که آیا غذایی که می خورد از نظر کیفیت مطلوب است و ارزش غذایی دارد یا خیر؟

4) معرفی طیبات: "كلوا متن طیبات ما رزقناکم" (بخورید از چیزهای پاک که روزیتان کردیم) (اعراف 160)

قرآن کریم مردم را به سوی غذاهایی که برایشان مفید بوده و سلامتی آن ها را تأمین می کند راهنمایی کرده است. مهم ترین این غذاها که در آیات متعددی مورد اشاره قرار گرفته و علم تغذیه نیز به ارزش فراوان آن ها پی برده عبارتند از: عسل، خرما، زیتون، انگور، انجیر، انار، گوشت و شیر چهار پایان، ماهی، کدو و...

5) تحریم خبائث: "یحل لهم الطیبات و یحرم علیهم الخبائث" (حلال شده بر شما طیبات و حرام شده بر شما خبائث) (اعراف 157)

قرآن کریم خوردن بعضی چیزها را منع کرده است که مهم ترین آن ها عبارتند از: گوشت مردار، خون، الکل و گوشت خوک. "انما حرم علیکم المیتة و الدم و لحم الخنزیر و ما اهل لغیرالله به..." "یسئلونک عن الخمر و المیسر قل فیہما اثم کبیر و منافع للناس و اثمہما اکبر من نفعہما" (بقره 219)

6) روزه: "یا ایها الذین آمنوا کتب علیکم الصیام کما کتب علی الذین من قبلکم لعلکم تتقون." (بقره 183)

روزه اگر چه یک دستور صرفاً طبی نبوده طبق آیه ذکر شده غرض اصلی از آن تقوای الهی است ولی بشر به تجربه دریافته است که امساک و روزه داری چه تأثیری در سلامت او داشته است. (البته امروزه ثابت شده است که تقوا رابطه مستقیمی با سلامتی جسم و جان دارد)

7) رعایت بهداشت: "وینزل علیکم من السماء ماء لیطہرکم به" (و از آسمان آب فرو می فرستد تا شما را پاکیزه گرداند) (انفال 11)

رعایت بهداشت در زمینه های مختلف - که 14 قرن قبل به مسلمانان ابلاغ شد- تأثیر بسزایی در سلامت آن ها خواهد داشت، که متأسفانه در اثر القائنات غربی ها کمتر مورد توجه قرار می گیرد.

نتیجه

با توجه به مطالبی که مطرح شد می توان به این نتیجه رسید که قرآن کریم اگر چه کتاب طبی نیست ولی در آن به اصول کلی که برای تندرستی و درمان لازم است پرداخته شده و این اصول در کنار روایات معصومین و تجربیات بشر می تواند پاسخ گوی نیاز های طبی بشر باشد.

امید است که دست اندر کاران عرصه پزشکی بیش از پیش به این مهم بپردازند تا بیشتر شاهد سلامتی فرد و جامعه باشیم. انشاءالله

منابع

- 1- منتظر، رضا، طب اسلامی (گنجینه تندرستی)، تهران، انتشارات نسل نیکان، 1384
- 2- محمدی ری شهری، محمد، دانش نامه احادیث پزشکی، ترجمه دکتر حسین صابری، قم، انتشارات دارالحدیث، 1385
- 3- لکی صرافی، سید صفر علی، طب اسلامی، تهران، انتشارات المعی، 1388
- 4- دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی یزد، خلاصه مقالات همایش کشوری قرآن و طب، قم و یزد، انتشارات بوستان کتاب، 1388
- 5- مجموعه مقالات اولین همایش ملی مدیریت طب اسلامی
- 6- راهنمای پژوهش در قرآن و علوم روز (قرآن و طب)