



طب در قرآن کریم

دکتر عبدالله تعقل

دانشگاه شهید بهشتی - بیمارستان قلب شهید مدرس

بسم الله الرحمن الرحيم و به نستعين

مقدمه:

به مصداق آیه شریفه «و لا یارب الا فی کتاب مبین، ما می توانیم برای تحقیق درباره هر موضوعی به قرآن تمسک جوئیم. علم طب جایگاه ویژه‌ای را در قرآن کریم بخود اختصاص داده است تا جایی که همزمان با توسعه جهان اسلام، تعلیمات عالیه پزشکی قرآن، در طب بومی ایرانی، رومی، یونانی و هندی تأثیر گذارد و از این راه طب پیشرفته‌ای بوجود آمد که در حقیقت پایه و اساس طب مترقی امروزی بشمار می‌رود.

بر پایه همین آمیختگی و در سایه همین دوران تکامل علم طب بود که دانشمندان پرآوازه‌ای مانند ابوعلی سینا، رازی، اهوازی و موفق‌الدین ابومنصور علی‌الهروی و بسیاری دیگر از ایران و سایر کشورهای اسلامی برخاسته و به بشریت خدمت نمودند.

از آنجائی که قرآن کتاب انسان‌سازی است لذا انسان را از دو جهت مورد تعلیم و تربیت قرار می‌دهد، یکی از جهت معنوی با توضیح اینکه تنها با ایمان و تقوی می‌توان به مقامی والاتر از مقام فرشتگان مقرب رسید و دیگری از جهت مادی که پرورش تن برای حفظ سلامتی ضروری است تا در سایه تندرستی بتوان مراحل عالی تکامل روح را طی کرد که گفته‌اند «روح سالم در بدن سالم است». بفرموده پیامبر اکرم «العلم علما علم الابدان و علم الادیان» که در اینجا حتی دانش پزشکی مقدم بر دانش دین ذکر گردیده زیرا سالک کعبه مقصود اگر مرکبش سالم نباشد حاشا که بمقصود رسد.

از آنجا که هر انسان ترکیبی از تن و روان می‌باشد لذا تعالیم طبی قرآن نیز شامل دستورات طبی و بهداشتی جهت حفظ سلامتی تن و دستورات و تعالیم بهداشتی جهت حفظ سلامتی روان می‌باشد.

در مقوله بهداشت جسم از چهار موضوع بهداشت زناشویی - بهداشت تغذیه - بهداشت شخصی و بهداشت محیط سخن به میان خواهم آورد که با پوزش فراوان بعلم ضیق وقت مطالب را خیلی مختصر بیان خواهم داشت.



بهداشت زناشویی

وانكحوالایامی منكم والصالحین من عبادكم وامانكم، ان كتم فقراء یغنهم الله من فضله والله واسع علیم قرآن دختران و پسران جوان را بازدواج ترغیب می نماید تا از انحرافات

اجتماعی و محرومیت‌های جنسی که می تواند منشاء بسیاری از عقده‌های روانی باشد محفوظ بوده باشند و در این مورد نیز تأکید می فرماید که النکاح سنتی و من رغب عن سنتی فلیس منی ...

ازدواج آئین من است و هر کس از این آئین سرباز زند از من نیست یعنی مسلمان نیست. اگر تمام جوامع دنیا همین دستورالعمل را رعایت می نمودند اینهمه بیماری‌های حاد و مزمن از قبیل بیماری‌های مقاربتی، ایدز و امثالهم بوجود نمی آمد، بطوریکه محافل پزشکی جهان از فراگیر شدن ایدز به همه مردم اعلام خطر نمایند. بعلاوه اینهمه نوزاد بی سرپرست در دارالایتام اغلب کشورهای به اصطلاح مترقی جمع نمی شدند. این نوزادان بی هويت ممکن است در بزرگی بعلت فقدان درك عاطفی خانواده جذب دنیای جنایتکاران شوند و عوارض سوئی برای جامعه فراهم آورند.

بهداشت تغذیه

الف - تغذیه نوزاد: با توجه به

اینکه بهترین غذا جهت نوزاد شیر مادر است قرآن می فرماید والوالدات یرضعن حولین کاملین «الخب» یعنی بر مادران است که دو سال کامل به نوزاد خود شیر بدهند. و حضرت محمد(ص) فرموده است شرب الالبان محض الایمان یعنی آشامیدن شیر عین ایمان است.

ب - تغذیه بزرگسالان: در مورد

بهداشت غذا در نزد بالغین قرآن می فرماید از شراب و مسکرات دوری کنند و امروزه مضرات آن از نظر جوامع پزشکی و حتی مردم عادی از واضحات است.

ما می توانیم برای تحقیق درباره هر موضوعی به قرآن کریم تمسک جوئیم.

مشروبات الکلی در کبد باعث تشمع کبدی و ازدیاد فشار وریدی می گردد که خود کشنده است، در چشم باعث کوری و اتروفی عصب باصره می گردد، در خون باعث ازدیاد چربی تری گلیسرید و تجمع در اطراف قلب و رسوب، در جدار عروق تغذیه کننده قلب می شود که سرانجام منجر بانسداد و انفارکتوس قلب می گردد. حتی باثبات رسیده

است که فرزندان اشخاص الکلی چه بسا گرفتار ناهنجاری مادرزادی قلب و اعضاء و نقص سلولهای مغزی می گردند.

مشروبات الکلی باعث جمود و کم کاری سلولهای مغزی می شود و

گاهی به جنون الکلی منتهی می گردد. از نظر اجتماعی نیز چه فسادها و خونریزی‌ها و جنایات که در حال مستی صورت گرفته است چه تصادفات مهلکی در هنگام رانندگی بر اثر مستی روی می دهد که آمار آن وحشتناک است، چه خانواده‌هایی که در نتیجه مستی از هم گسسته است و چه قتل عامهائی که بر اثر مستی یک فرمانده صورت گرفته و قس علیهذا لذا اسلام فرموده:

انما الخمر والمیسر والانصاب و الازلام رجس من عمل الشیطان فاجتنبوه لعلکم تفلحون

یعنی بدرستی که شراب و قمار و وسائل لهو و لعب پلید و از عمل شیطان می باشند از آن دوری کنید شاید رستگار شوید. و یا در جای دیگر می فرماید «انما یرید الشیطان ان یوقع بینکم العدواء والبغضاء فی الخمر و المیسر و یصدکم عن ذکرالله و عن الصلوة محفل انتم متسهون» یعنی بدرستی که شیطان اراده کرده است که بوسیله خمر و قمار

در میان شما دشمنی و کینه بیندازد و شما را از ذکر خدا و نماز بازدارد آیا آگاه نمی شوید.

در هر حال این اندك توضیحی از مضرات خمر بود که قرآن صراحتاً آن را فرموده است. از دیگر

اگر تمام جوامع دنیا یک دستورالعمل از پیامبر که: از دواج آئین من است و هر کس از این آئین سرباز زند از من نیست، عمل می کردند اینهمه بیماری‌های حاد و مزمن از قبیل بیماری‌های مقاربتی، ایدز و امثالهم بوجود نمی آمد.

موارد بهداشت غذا در قرآن کریم حرمت برخی اقسام گوشت می باشد. قرآن می فرماید: انما حرم علیکم المیتة والدم ولحم الخنزیر و ما اهل به لغیرالله (الخب) یعنی بدرستی که حرام گردیده است بر شما مردار و گوشت خوک و آنچه با اسم



قارچ هائی از قبیل قارچ کچلی آلوده شده که تماس آن می تواند از طریق غذای آلوده باعث انتقال بیماری گردد. از آن گذشته هاری از سگ به انسان منتقل می شود که در صورت ابتلاء احتمال خطر مرگ دارد.

بهداشت روان از دیدگاه قرآن

از آنجائی که هدف عالی و نهائی قرآن در مورد انسان تعالی روح می باشد بکرات دستورات و فرامین در آن وارد شده است که انسان را از زندگی حیوانی به سوی زندگی انسانی فرا میخواند و زندگی انسانی تحقق نمی یابد مگر با کسب ایمان و تقوی. مثال: هل ادلکم الی تجارت تنجیکم من عذاب الیم تومنون بالله «البح» یعنی آیا می خواهید که شما را به تجارتی سودمند راهنمایی کنم که از عذاب دردناک رهائی یابید سپس می فرماید آن تجارت این است که بخدا ایمان بیاورید. ایمان همانند کشتی است که در دریای طوفانزای متلاطم زندگی می تواند روح را در سلامت نگاهداشته و به ساحل مقصود برساند. امروزه با ثبات رسیده که جوامعیکه از ایمان تهی گردیده اند

اختلالات روانی در آن جامعه شیوع پیدا کرده است. کدام ایمان؟ ایمان بخدا که زخم های روح را التیام بخشیده و یاس را به امید مبدل می سازد چنین ایمانی که

دستورات قرآن کریم در مورد بهداشت تغذیه بسیار روشن بوده و بطور قطع و یقین مورد تایید علم پزشکی امروزی است.

هیداتیک نامیده می شود و اگر بموقع درمان نشود ممکن است مهلک گردد زیرا پاره شده و عوارض وخیمی از خود بجای می گذارد. از آن گذشته دهان سگ با میکربها و

ماهیانه زنان سسوال می کنند بگو آن رنجی است فراخور آنها در هر حال از معاشرت با آنها دوری کنید تا آنکه پاک شوند.

و شرایطی که برای آب وضو و غسل استحمام در قرآن ذکر شده کاملاً با موازین بهداشتی مطابقت دارد مثلاً پیغمبر فرموده است النظافه من الایمان یعنی رعایت پاکیزگی از شرایط ایمان است و یا فرموده است ثلثه لیس له اشتراک - المشط و المنديل و المسواک یعنی در سه چیز اشتراک جایز نیست در شانه - دستمال و مسواک.

در این مورد قرآن فرموده است از سگ دوری نمائید امروزه همه پزشکان می دانند که در روده سگ نوعی کرم رشد می نماید که نام آن اکی نوکوکوس گرانولوزیس می باشد و سبزیجات و غذای انسان اگر به

تخم این کرم آلوده گردد این تخم وارد روده انسان شده از جدار روده عبور کرده و در کبد - ریه - مغز و حتی چشم و زیر پوست جایگزین شده و کیسه ای تشکیل می دهد که

میکربی زیاد است و در گوشت خوردن مردار عوامل مخرب و کرمهای ریزی بنام تری شین زندگی می کند که در صورت خوردن به انسان منتقل می شود و از نظر درمان نیز مشکل و چه بسا که به هلاکت بیمار منجر شود.

غیر خدا کشته باشند. این مطلب جای شبهه برای هیچکس باقی نمی گذارد که گوشت حیوان مردار و خون و گوشت خوک حرام شده است زیرا در گوشت مردار عوامل مخرب و کرمهای ریزی بنام تری شین زندگی می کند که در صورت خوردن به انسان منتقل می شود و از نظر درمان نیز مشکل و چه بسا که به هلاکت بیمار منجر شود.

و آن از نظر اهتمام در حفظ نظافت روزانه سه مرتبه شست و شوی دست و صورت و سر را اجباراً مقرر فرموده است و در حقیقت یکی از فلسفه های وضو حفظ نظافت فردیست.

۳- بهداشت محیط

قرآن از نظر اهتمام در حفظ نظافت روزانه سه مرتبه شست و شوی دست و صورت و سر را اجباراً مقرر فرموده است و در حقیقت یکی از فلسفه های وضو حفظ نظافت فردیست و می فرماید:

یا ایها الذین آمنوا اذا قمتم الی الصلوات فاغسلوا وجوهکم و ایدیکم الی المرافق و ارجلکم الی الکعبین یعنی ای اهل ایمان چون خواهید به نماز برخیزید صورت و دستها را تا آرنج بشوئید و پاها را نیز تا مچ بشوئید. و نیز تأکیداتی که قرآن و اسلام در مورد غسلهای واجب نموده و دوری از زن در زمان قاعدگی تمام برای پاک کردن بدن از پلیدیها و کثافات می باشد.

یستلونک عن المحیض قل هو اذی فاعتزلوا النساء فی المحیض حتی یطهرن یعنی ای پیامبر از تو در مورد عادت



شفا دهند روح بیمار است چگونه می تواند خود باعث اختلال روانی شود.

محرور می باشد می فرماید: «یا ایها الذین اسرفوا علی انفسکم لا تقنطوا من رحمہ الله ان الله یغفر الذنوب جمیعاً»

چنین پایگاه عظیم روحی دارد نمی تواند گرفتار اغتشاش فکر و روان گردد.

مثلاً می فرماید: «ولا تهنوا و لا تحزنوا و انتم الاعلون ان کتم تعلمون»

در آن زمان که شخص در تار و پود اندیشه و اوهام خود بدون تکیه گاه سرگردان است مفاد این آیه شریفه همانند عتقا روح را بر فراز بالهای خویش به اوج معراج می برد و به خویشتن خویش باز می گرداند و در قرآن کریم انسان خلیفه خدا بر روی زمین تعیین گردیده کسی که خلیفه قادر مطلق است اگر لیاقت این مقام را احراز کند چگونه از نظر روحی دستخوش فتور و نقصان می گردد. چنین کسی در صراط مستقیم است و در مسیر فطرت از هر اعوجاج و لغزشی محفوظ می باشد.

یعنی ای کسانی که درباره خود اسراف روا داشتید و مرتکب گناه شدید از رحمت خدا مأیوس نشوید زیرا خداوند همه گناهان را میامرزد ولی شرط پذیرش آمرزش آن است که

قرآن به امر بهداشت روان که پایه و اساس آن تزکیه نفس و هدف آن ارتقاء انسان به درجه اعلائی ملکوتی است توجه زیادی معطوف نموده است.

توجه فرمائید: ولیبلونکم بشی من الخوف والجوع و نقص من الاموال ولا نفیس والثمرات فبشر الصابرين، الذین اذا اصابهم مصیبه قالوا اننا لله وانا الیه راجعون یعنی کیست که چنین

ما خود لیاقت این فیض را پیدا کنیم. گوهر پاک بیاید که شود قایل فیض ورنه هر سنگ و گلی لولو و مرجان نشود قرآن مشحون از کلمات و آیاتی است که به روح انسان اعتلا - سرفرازی و استحکام می بخشد بطوریکه هر کس

بشارتی دریافت کند و آتش نمرودخلیل آسا بر وی گلستان نشود و مصائب بر او گوارا نگردد بمنظور حفظ بهداشت روانی در اسلام و قرآن یأس از گناهان کبیره محسوب شده و کسی که این روح خود را گرفتار یأس کند از رحمت خدا

خلاصه مطالب

طب در قرآن کریم

۲- بهداشت تغذیه: دستورات قرآن در این زمینه بسیار روشن بوده و بطور قطع و یقین مورد تأیید علم پزشکی امروزی است.
۳- بهداشت شخصی: وضو و غسل که مقدمه نماز و عبادات روزانه است و تأکید به استحباب آن در سایر مواقع، اینها همه تأمین کننده نظافت شخصی فرد است.
۴- بهداشت محیط: منع پرورش سگ و دیگر حیوانات نجس در محیط زندگی که در قرآن به آن تأکید شده دلائل پزشکی اثبات شده ای در وراى آن نهفته است.
ب- بهداشت روان: قرآن به امر بهداشت روان که پایه و اساس آن تزکیه نفس و هدف آن ارتقاء انسان به درجه اعلائی ملکوتی است توجه زیادی معطوف نموده و در مراحل همین سیر و سلوک است که عرفای اسلامی درخشیده اند.

۱- قرآن کتاب آسمانی ما مسلمانان سرشار از دستورات طبی و بهداشتی گوناگونی است که این دستورات در تکامل و پیشرفت علم پزشکی تأثیر بسیار زیادی داشته است.
دستورات پزشکی و بهداشتی قرآن در طول تاریخ با توسعه جهان اسلامی با طب ایرانی - رومی یونانی و هندی آمیخته گردیده و از تکامل آن طب مترقی امروزی بوجود آمده است.
دستورات طبی قرآن هم مربوط به جسم و هم مربوط به روح می شود. چون انسان تنها در سایه تندرستی جسم می تواند به تکامل روح و معنویات دست یابد.
الف- بهداشت جسم: راهنمایی های قرآن را در مورد بهداشت جسم می توان در ۴ بخش خلاصه کرد:
۱- بهداشت زناشویی دستورات قرآن در این مورد تأمین کننده سلامت خانواده و جامعه است.