

نقش رزق حلال در سلامت معنوی انسان از دیدگاه آیات و روایات

عیسی عیسی زاده^{۱*}، نیکزاد عیسی زاده^۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۰۲/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۰۳/۲۵

چکیده

سلامت معنوی انسان به عنوان بعد چهارم سلامت مبتنی بر عوامل چندی است که از نگاه منابع دین اسلام تغذیه و رزق حلال یکی از مهمترین آنهاست. در فرهنگ اسلام برای دستیابی به رزق حلال و پرهیز از رزق حرام توصیه‌های راهگشایی ارائه شده است، زیرا تغذیه از غذاهای پاک و حلال می‌تواند در بهسازی شخصیت و سلامت روح انسان تأثیرات مثبتی را به همراه داشته باشد همانگونه که استفاده از تغذیه نا پاک و حرام، پیامدهای ناگواری را در روح و روان انسان بر جای می‌گذارد. پژوهش حاضر به دنبال آن است تا با بهره‌گیری از منابع غنی اسلام، تأثیرات رزق حلال بر سلامت معنوی انسان را مورد تحلیل و بررسی قرار دهد.

روش‌شناسی پژوهش: روش کار در این پژوهش بر اساس مطالعه کتاب خانه‌ای است که مبتنی بر بررسی آیات و روایات مرتبط با موضوع می‌باشد.

یافته‌های پژوهش: در منابع غنی اسلام آیات و روایات فراوانی وارد شده است که علاوه بر تبیین جایگاه و اهمیت رزق حلال، آثار ارزشمند آن را بر سلامت شخصیت انسان بر شمرده است.

نتیجه‌گیری: از بررسی آیات و روایات به دست می‌آید که بهره‌جستن از رزق حلال آثار با برکتی را برای سلامت معنوی انسان، همچون تأثیر مثبت در شخصیت، تقویت دینداری، توفیق بر اعمال نیکو، نورانیت قلب، بهره‌مندی از حمایت و محبت الهی، استجاب دعا، به همراه خواهد داشت.

واژه‌های کلیدی: رزق، حلال، سلامت معنوی، انسان، آیات، روایات

۱. * نویسنده مسئول، استادیار پژوهشکده فرهنگ و معرف قرآن، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی دفتر تبلیغات قم، e.eisazadeh@isca.ac.ir، تلفن: ۰۹۱۲۲۵۱۲۷۹۱
۲. نیکزاد عیسی زاده، دانشیار مرکز تحقیقات علوم قرآن، حدیث و طب، دانشگاه علوم پزشکی تهران، iesazadeh@tums.ac.ir، تلفن: ۰۹۱۲۴۰۵۰۸۸۹۰

مقدمه

در میان ابعاد گوناگون سلامت، سلامت معنوی نقش تعیین کننده ای در دستیابی انسان به سعادت واقعی دارد و فقدان آن می تواند منشأ بیماری های روانی و حتی مشکلات جسمانی شود.

بر اساس نتایج حاصله از تحقیقات و پژوهش های محققان نیز، یکی از زمینه های عمده ی بیماری ها و مشکلات روانی و عوارض جسمی و اجتماعی انسان ها، احساس پوچی و بیهودگی است و این احساس، ناشی از فقدان بُعد معنوی سلامت در افراد است، دانشمندان در دهه های اخیر متوجه شدند که تعریف سلامت، دارای نقیصه ای بزرگ است و تاکید بیش از حد بر جنبه های مادی آن، سبب غفلت از بُعد بسیار مهم و اساسی دیگر آن، یعنی بُعد روحانی و معنوی سلامت شده است (۱) از همین رو تلاش های زیادی صورت گرفته است تا برای حفظ سلامت معنوی و ارتقای آن، راهکارهایی ارائه گردد که از کارآمدی بالایی برخوردار باشد. در میان این راهکارها، آن سازکارهایی است که در آموزه های نورانی قرآن و اهل بیت (علیهم السلام) بیان شده است و هدف از پژوهش پیش رو نیز، استخراج و تبیین یکی از مهم ترین و کارآمدترین راهکارهایی است که می تواند نقش تعیین کننده ای در دست یابی و ارتقای سلامت معنوی داشته باشد که عبارت است از رزق و روزی حلال. زیرا رزق و روزی حلال از مؤثرترین ابزار برای تأمین سلامت معنوی است. در آموزه های دینی اسلام تاکید فراوانی بر کسب روزی حلال شده است زیرا نوع تغذیه به فرموده امیر مومنان علی (علیه السلام) همانگونه که بر جسم تأثیر می گذارد بر قلب نیز تأثیر می گذارد، بر همین اساس آن حضرت در توصیه ای به کمیل فرمود: «يَا كَمِيلُ إِنَّ السَّانَ يَبُوحُ مِنَ الْقَلْبِ وَالْقَلْبُ يَقُومُ بِالْغِذَاءِ فَانظُرْ فِيمَا تُعْذِي

قَلْبَكَ وَجِسْمَكَ فَإِنَّ لَمْ يَكُنْ ذَلِكَ حَلَالًا لَمْ يَقْبَلِ اللَّهُ تَسْبِيحَكَ وَ لَا شُكْرَكَ» (۲) ای کمیل! همانا زبان از قلب نشأت می گیرد و قوام قلب به غذاست، پس متوجه باش که قلب و جسم تو از چه تغذیه می کنند، اگر غذا حلال نباشد، خداوند تسبیح و شکر تو را قبول نمی کند.

در قرآن نیز خداوند به انسان سفارش نموده است که در غذای خویش تأمل کند «فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ» (عبس: ۲۴) و به دلیل اهمیت و جایگاه رزق در زندگی انسان بیش از ۱۲۳ بار واژه «رزق» همراه مشتقات آن در قرآن به کار رفته است، در نوشتار پیش رو سعی شده است که به این پرسش پاسخ داده شود، رزق و روزی حلال در آموزه های دینی چه نقشی در سلامت معنوی انسان دارد؟

مفهوم شناسی واژگان مرتبط

قبل از ورود به بحث تفصیلی و تبیین آثار رزق و روزی حلال بر سلامت معنوی، ضرورت دارد تا مفاهیم واژگان اصلی پژوهش مورد بررسی قرار گیرد.

۱. رزق

«رزق» در لغت به معنای آنچه مورد بهره برداری قرار می گیرد آمده است (۳) و در لغت نامه دهخدا این واژه در کاربرد های متعارف و معمول «روزی» در فارسی و به معنای غذا، طعام، قوت روزانه، ضروریات زندگی و هر آنچه از آن نفع بردارند گفته می شود (۴) اما در اصطلاح، «رزق» چیزیست که بهره ی بندگان خدا باشد و اقسام آنچه که بدان نیازمند است از خوراک، پوشاک، آشامیدنی و... را شامل می شود (۵)

از منظر علامه طباطبایی به هر چیزی که مایه دوام حیات مخلوقات زنده است، رزق گویند، در واقع، رزق، موهبت و بخششی است از ناحیه خدای متعال به

است، بنابراین، رزق نمی تواند حرام باشد (۱۰) و چگونه ممکن است خداوند انسان را از چیزی نهی کند و سپس رزق او را در آن منحصر نماید. (۱۱)

ب: رزق کریم

در سوره سبأ، آیه ۲۴ آمده است که خداوند پاداش مؤمنان نیکوکار را، رزق کریم قرار داده است. صاحب مفردات در معنای واژه «کَرَم» گفته است: «وَالْكَرْمُ لِقَالَ إِلَّا فِي مَحَاسِنِ الْكَبِيرَةِ» (۱۲) کرم گفته نمی شود مگر در نیکی های بزرگ، بنابراین رزق کریم، یعنی نعمت های بسیار فراوان و بزرگی خواهد بود که از سوی خدا به اهلش داده می شود.

ج: رزق حسن

در سوره نحل آیه ۲۰ آمده است «وَمِنْ ثَمَرَاتِ النَّخِيلِ وَالْأَعْنَابِ تَتَّخِذُونَ مِنْهُ سَكَرًا وَرِزْقًا حَسَنًا إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَعْقِلُونَ» مراد از «رزق حسن» آن نعمت هایی است که وقتی چشم انسان به آن می افتد چنان مجذوب آن می شود که نمی تواند دیده از آن برگردد و به غیر آن نگاه کند و تنها خداوند قدرت دارد که چنین رزقی را به کسی بدهد. (۱۳)

۲. سلامت

واژه «سلامت» در لغت به معنای بی گزند شدن، بی عیب شدن، آرامش و امنیت است (۱۴) این واژه در نگاه سازمان جهانی بهداشت عبارت است: از تأمین رفاه کامل جسمی و روانی و اجتماعی نه فقط نبودن بیماری و نقص عضو (۱۵) در فرهنگ اصطلاحات آمده است که سلامت عبارت است از: آمادگی و رفاه جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی که افراد از آن لذت ببرند، سلامت تنها نبود بیماری نیست، بلکه چند بُعدی بوده و در یک گستره فرهنگی وسیع تعریف می شود (۱۶)

بندگانش، بدون اینکه استحقاق آن را داشته باشند (۵) و در قولی دیگر اینگونه آمده است: «رزق» به معنای عطا و بخشش مستمری است که به منظوره ادامه ی حیات با نیاز فرد مطابقت دارد. از آنجا که روزی خداوند، عطای مستمر به آفریدگان است از آن به رزق تعبیر شده است (۷) با توجه به تعریف های یاد شده، می توان در تبیین معنای رزق اینگونه گفت: که هر بهره ای که از سوی خداوند اعم از مادی و معنوی که انسان از آن برخوردار می شود به آن رزق گفته می شود و هر آنچه که مخلوقات از آن بهره مند نمی برند رزق گفته نمی شود.

اقسام رزق در قرآن

«رزق» بر اساس آیات قرآن به چند قسم توصیف شده است که عبارتند از:

الف: رزق حلال

رزق حلال، به آن رزقی گویند که از راه مشروع و مجاز کسب شده باشد (۷) همانگونه که خداوند در قرآن بر استفاده از این نوع رزق سفارش کرده است «وَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا» (مائده: ۸۸)

بنا بر عقیده ی شیعه مالی که از طریق حرام به انسان برسد، رزق محسوب نمی شود زیرا اولاً، انسان مالک حرام نمی شود از این رو تصرف در آن جایز نیست (۹) ثانیاً اگر حرام برای غاصب رزق باشد، پس نباید بر آن عقابی مترتب باشد، در حالی که در آیات زیادی از جمله سوره نساء آیه ۱۰ و سوره مائده آیه ۳۸ به مجازات وحدّ غاصب در دنیا و آخرت اشاره شده است، ثالثاً، در آیاتی مثل «وَأَنْفِقُوا مِنْ مَا رَزَقْنَاكُمْ» (منافقون: ۱۰) و «مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ» (بقره: ۳) امر به انفاق بخشی از رزق شده است، در حالی که در موارد متعددی نیز از انفاق حرام نهی شده

۳. سلامت معنوی

سلامت معنوی در اصطلاح پزشکی با رویکرد مادی گرایانه، فرایندی است که با بهره‌گیری از آن می‌توان به درمان بیماران جسمی کمک کرد ولی در اصطلاح غیرپزشکی یا پزشکی معنی گرا، سلامت معنوی فرایندی است که علاوه بر بهره‌گیری در درمان جسمی بیماران، می‌تواند در درمان روحی و روانی بیماران نیز مفید باشد و از آن بالاتر می‌تواند شرایطی در جامعه پدید آورد که سلامت اجتماعی را نیز افزایش دهد و در نهایت به کمال و تعالی همه جانبه انسان و انسانیت کمک کند (۱۷) در تعریف کامل تر می‌توان گفت: سلامت معنوی عبارت است از حالت اطمینان، امنیت، آرامش و سکون قلبی و روحی که از اعتقاد و اعتماد به منبع و قدرتی برتر و متفاوت از عوامل مادی و پیرامونی ناشی می‌شود و باعث افزایش امید، رضایت مندی و نشاط درونی می‌گردد و در نهایت به سلامت و تعالی همه جانبه انسان و انسانیت کمک می‌کند. (۱۸) افرادی از این نوع سلامت برخوردار خواهند بود که دارای جهان بینی توحیدی بوده و از باور قلبی مستحکم نسبت به آفریننده عالم و جهان ابدی بهره‌مند باشند.

۴. تغذیه

واژه «تغذیه» در لغت به معنای گوناگونی به کار رفته است که عبارت است از هرگونه طعام از خوردنی و نوشیدنی‌ها (۱۹) و آنچه رشد و نمو جسم به آن بستگی دارد (۲۰) و به معنای خوردن، خوراک دادن و خوردن نیز آمده است (۲۱).

از نظر علمی، تغذیه، مجموعه تغییر و تبدیل مواد غذایی در بدن است که موجب می‌شود عضو زنده و سلول‌ها مواد مُغذی را دریافت و آنها را در رشد و نمو، نوسازی و نگهداری عضو، مصرف کنند، همچنین بتواند حرارت

و انرژی لازم و کافی را برای انجام اعمال حیاتی تأمین کنند، به بیان دیگر رابطه‌ی بین مواد غذایی که بدن می‌گیرد و نحوه‌ی استفاده بدن از آن مواد را که بتواند سلامتی را برای خود تأمین کند، تغذیه گویند. (۲۲)

انواع غذا

«غذا» اعم از خوردنی‌ها و نوشیدنی‌ها با توجه به آثار جسمی و روانی بر اساس فرموده امام رضا (علیه السلام) به پنج تقسیم شده است: (۲۳)

آن حضرت در این باره فرموده است: «اسلام هر آنچه را برای سلامت جسم و روان خطرناک می‌داند، حرام یا مکروه و آنچه را برای انسان لازم و مفید می‌داند واجب یا مستحب دانسته است، همچنین آنچه را سودزایی برای جسم و روانی ندارد، مباح خوانده است (۲۴)

اهمیت تغذیه

تغذیه از ضرورتی‌ترین و حیاتی‌ترین نیاز دایمی بشر بلکه تمام موجودات زنده می‌باشد، حتی پیامبران الهی از آن مستثنی نیستند «وَمَا أَرْسَلْنَا قَبْلَكَ مِنَ الْمُرْسَلِينَ إِلَّا إِنَّهُمْ لَيَأْكُلُونَ الطَّعَامَ» (فرقان ۲۰)

سوگند به برخی از غذاها «وَالتَّيْنِ وَ الزَّيْتُونِ» (تین): (۱)، نامگذاری یکی از سوره‌های قرآن به مائده (سفره غذا)، توصیف خداوند به طعام دهنده‌ی موجودات عالم هستی و دستور تامل و تفکر در خوردنی‌ها و همچنین توصیه‌های فراوان اهل بیت (علیهم السلام) درباره آداب خوردن و آشامیدن، بر جایگاه ارزشمند تغذیه در مکتب اسلام دلالت دارد.

ارزش رزق حلال

بر اساس قاعده حلیت که برگرفته از دلایل قرآنی «هُوَ

نزدیکی نکنم، فرمود: «چه جهادی برتر از پاک نگه داشتن شکم و شرمگاه» (۳۰)

نقش و آثار رزق حلال

رزق حلال به دلیل تاثیر فوق العاده ای که در زندگی انسان دارد یکی از مباحث مهم فقه زندگی می باشد و احکام زیادی در آموزه های دینی برای تشریح این مهم وجود دارد زیرا انسان مومن باید در این مسأله اهتمام جدی داشته باشد تا از زندگی پاک و سلامت جسمانی و معنوی برخوردار و مسیر کمال را به شایستگی پیماید. در این بخش به تعدادی از مهم ترین آثار رزق حلال در زندگی اشاره می شود

۱. تقویت دینداری

«دینداری» واژه ای مرکب از «دین و داری» است که دین در اصل به معنای خضوع و انقیاد در برابر برنامه یا مقرراتی معین - نه هر طاعتی - است که مفاهیمی همچون طاعت، تعبد، محکوم و تسلیم شدن در برابر یک فرمان، داوری، قانون، کیفر و پاداش به این معنای اصلی نزدیکتر است (۳۱) و در تعریف دیگر دین بر اصول عقاید و اخلاق اطلاق شده است (۳۲) در اصطلاح به معنای طاعت و فرمانبرداری گرفته شده است (۳۳) و به اعتبار انقیاد و تبعیتی که از یک آیین و شریعت می شود به آن دین گفته می شود. (۳۴) واژه «داری» به معنای داشتن و دارا بودن است، بنا بر این انسان دیندار، کسی است که زندگی خود را در تمام حوزه های اعتقادی و عملی در ارتباط با خداوند تعریف می کند و تلاش دارد تا بر اساس باورهای دینی، تمام اعمال خویش را به کامل ترین وجه انجام دهد و جز رضایت خداوند چیزی دیگری را مورد نظر قرار ندهد. به بیان کلی، دینداری

الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا» (بقره ۲۹) و روایی «كُلْ شَيْءٍ هُوَ لَكَ حَلَالٌ حَتَّى تَعْلَمَ أَنَّهُ حَرَامٌ» (۲۵)، خوردن و آشامیدن هر چیزی حلال و مجاز است، مگر آنکه دلیلی بر حرام بودن آن وجود داشته باشد.

خداوند در آیات گوناگون، استفاده از غذای پاک و حلال را توصیه کرده است، ملاک حلال بودن براساس آیه «وَيَجِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ» (اعراف: ۱۵۷) طیب بودن است و مراد از «طیب» در خوردنی ها، پاکی از آلودگی ها، سودمند بودن و ناقص نبودن است (۲۶) از رسول خدا (صلی الله علیه و آله) نیز در ارزش رزق حلال وارد شده است که فرمودند: «خداوند متعال انسانی را که برای به دست آوردن رزق حلال می کوشد دوست دارد.» (۲۷) در سیره عملی آن حضرت نیز نقل شده است که تا به حلال بودن غذایی یقین نمی کرد آن را نمی خورد از همین رو وقتی در یکی از روزهای طولانی و سوزان ظرف شیری برای آن حضرت آوردند پیش از نوشیدن برای اطمینان از حلال بودن آن، از شیوه تهیه آن پرسید و زمانی که دلیل این پرسش را از ایشان جویا شدند، فرمودند: «به دلیل آنکه پیامبران (علیهم السلام) فرمان یافته اند که جز غذای حلال نخورند و جز کار نیک انجام ندهند» (۲۸)

همچنین آن حضرت، در ارزش تهیه غذای حلال فرمود: «درهای بهشت به روی کسی که غذایش را از دست رنجش تهیه می کند، گشوده می شود و از هر دری که بخواهد می تواند وارد شود و خداوند با نظر رحمت به او می نگرد و او را عذاب نخواهد کرد و به سرعت از پل صراط عبور خواهد کرد.» (۲۹)

از امام باقر (علیه السلام) نیز در ارزش تغذیه حلال روایت شده است که در پاسخ به کسی که گفت: من در عمل ناتوانم و نماز و روزه کم بجا می آورم (فقط به واجبات اکتفا می کنم) اما می کوشم جز حلال نخورم و جز با حلال

یعنی داشتن التزام دینی به نحوی که نگرش، گرایش و کنش های فرد را متاثر سازد. (۳۵)

براساس پژوهش های انجام گرفته با رویکرد روان شناختی ثابت شده است که دینداری آثار مثبتی بر سلامت روانی و معنوی دارد. (۳۶) همانگونه که دینداری نقش مهمی در نوع تغذیه دارد زیرا افراد دیندار از غذاهای ضرر رساننده به سلامتی مثل الکل، گوشت خوک یا از خوردن غذاهای داغ پرهیز می کنند و این رعایت غذایی در حفظ سلامتی جسمی و معنوی اثر چشم گیری دارد.

بر همین اساس دینداری می تواند یکی از عوامل تاثیرگذار و تامین کننده سلامت معنوی، روانی و جسمی باشد و بر اساس فرموده امام صادق (علیه السلام) یکی از راهکارهای تقویت این عامل مهم، یعنی دینداری، استفاده از رزق و روزی حلال می باشد، لذا آن حضرت در توصیه ای به یکی از اصحابش فرمود: «طلب روزی حلال را فرو مگذار که روزی حلال تو را در دینداری یاری می کند» (۳۷) و خود آن حضرت نیز در طلب روزی حلال، خودش را به زحمت می انداختند و در بیان فلسفه این کارش می فرمودند: «من در زمین خودم تلاش می کنم و عرق می ریزم، در حالی که خدمتکارانم می توانند این کار را انجام بدهند ولی با این کارم می خواهم خداوند متعال ببیند که من در پی روزی حلال هستم». (۳۸) ایشان در عظمت به دست آوردن روزی حلال به یکی دیگر از یارانش فرمود: «شمشیر زدن و جنگیدن آسان تر از به دست آوردن روزی حلال است» (۳۹)

همچنین آن حضرت در مناجاتش برای دستیابی به روزی حلالی که سلامتی و سعادت را به دنبال داشته باشد از خداوند اینگونه درخواست می کردند: «خدا یا بر محمد و خاندان او درود فرست و آنچه را برایم قسمت کرده و

یا روزی نموده ای، حلال، پاک، فراوان، با برکت، دست یافتنی و آسان به دست آمدنی قرار بده و با راحتی، عافیت، تندرستی و خوش بختی از سوی خود مقرر کن، به درستی که تو بر هر چیز توانایی» (۴۰)

بنابراین دینداری که یکی از راهکارهای تاثیرگذار در حفظ و تقویت سلامت معنوی است را می توان با بهره جستن از رزق حلال و پاک به دست آورد و تقویت نمود زیرا انسان دیندار با ایجاد ارتباط معنوی با قدرت بی کران خالق هستی به این درجه از اطمینان دست پیدا می کند که یک نیروی قوی دائماً او را پشتیبانی می کند «إِنَّ اللَّهَ يُدْفِعُ عَنِ الَّذِينَ آمَنُوا» (حج: ۳۸) این گونه انسان های متدین و با ایمان با تکیه بر اعتقاد و ایمانشان در برابر حوادث روزگار از آرامش بیشتری بر خوردارند و کم تر در معرض اضطراب و نگرانی قرار می گیرند. «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ... لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ» (بقره: ۲۷۷)

۲. توفیق عمل نیکو

بهره جستن از روزی حلال و پاک، زمینه توفیق الهی بر انجام کارهای شایسته و نیک را فراهم می کند، برخی آیات به چنین موضوعی اشاره دارد که از جمله این آیه است که خداوند می فرماید: «كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحاً» (مومنون: ۵۱)؛ از غذاهای پاکیزه بخورید و عمل شایسته انجام دهید.

این آیه بنا بر نظر برخی از مفسران به رابطه و تاثیر غذای حلال در انجام کارهای نیک اشاره دارد (۴۱) همانگونه که بر اساس آیه ۹۱ سوره مائده، خوردنی و آشامیدنی حرام همچون مشروب، زمینه ایجاد دشمنی و کینه میان مومنان را فراهم می کند و انسان را از یاد خدا و اقامه نماز باز می دارد.

۳. نورانیت قلب

با توجه به سخن نورانی امیرمؤمنان علی (علیه السلام) قوام و اساس هر قلبی به آن غذایی است که مورد استفاده انسان قرار می گیرد، بر همین اساس آن حضرت به یکی از یارانش توصیه می کند که به نوع غذای مورد مصرفش توجه داشته باشد، زیرا اگر آن غذا حلال و پاک باشد سبب نورانیت قلب می گردد همانگونه که رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در این باره فرمود: «مَنْ أَكَلَ الْحَلَالَ أَرْبَعِينَ يَوْمًا نَوَّرَ اللَّهُ قَلْبَهُ» (۴۵) هرکس چهل روز از غذای حلال استفاده کند خداوند قلب او را روشن می کند. و همچنین آن حضرت در سخنی خطاب به حضرت علی (علیه السلام) فرمود: «ای علی هر آن کس که حلال خواری را پیشه خود کند، دینش روشن و قلبش درخشان شده و اشک چشمش از خوف خدا جاری گردد.» (۴۶) امیرمؤمنان علی (علیه السلام) نیز در تأثیر رزق حلال بر قلب فرمود: «ضياء القلب من اكل الحلال» (۴۷)؛ نورانیت قلب از خوردن غذای حلال است، همانگونه که به فرموده امام حسین (علیه السلام) خوردن غذای حرام می تواند سبب قساوت و تاریکی قلب گردد. (۴۸)

۴. جلب رحمت و محبت الهی

تلاش برای طلب روزی حلال و استفاده از آن، یکی از عواملی است که به تعبیر رسول خدا (صلی الله علیه و آله) می تواند سبب جلب رحمت (۴۹) و محبت (۵۰) الهی شود که در این صورت می تواند به سلامت معنوی و آرامش روحی و روانی دست پیدا کند زیرا انسان مومن وقتی بداند با انجام کاری همچون تغذیه از حلال مورد رحمت و محبت خداوند قرار می گیرد احساس آرامش می کند. بر همین اساس امیرمؤمنان علی (علیه السلام) در گرمای روز برای طلب روزی حلال به بیرون می رفتند و دوست داشتند خدای متعال او را در این حالت ببیند (۵۱)

امیرمؤمنان علی (علیه السلام) نیز در فراهم شدن توفیقات الهی بوسیله کسب روزی حلال فرمودند: «از مایه های توفیق و موفقیت آزاد مرد آن است که روزی حلال به دست می آورد» (۴۲)

از دیگر آیاتی که می توان برای تأثیر تغذیه بر اعمال و رفتار انسان به آن اشاره کرد، آیه ۴۱ سوره مائده می باشد که در باره گروهی از یهود که مرتکب کارهای خلافی از قبیل جاسوسی بر ضد اسلام و تحریف حقایق کتب آسمانی شده بودند، می فرماید: «أُولَئِكَ الَّذِينَ لَمْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يُطَهِّرْ قُلُوبَهُمْ»؛ آنها کسانی هستند که خدا نخواسته است دل هایشان را پاک کند. و بلافاصله در آیه بعد می فرماید: «آنها بسیار سخنان تو را گوش فرا می دهند تا آن را تکذیب کنند و بسیار مال حرام می خورند» (مائده: ۴۲) این تعبیر نشان می دهد که آلودگی دل های آنها بر اثر اعمالی همچون تکذیب آیات الهی و خوردن مال حرام به طور مداوم بوده است زیرا بسیار از فصاحت و بلاغت دور است که اوصافی را برای آنها بر شمارد که هیچ ارتباطی با جمله «لَمْ يُرِدِ اللَّهُ أَنْ يُطَهِّرْ قُلُوبَهُمْ» نداشته باشد. (۴۳) در تفسیر روح البیان بعد از اشاره به ارتباط اعمال شایسته با تغذیه حلال به این اشعار استناد شده است:

علم حکمت زاید از لقمه حلال

عشق و رقت آید از لقمه حلال

چون ز لقمه تو حسد بینی و دام

جهل و غفلت زاید آن را دام حرام

لقمه تخم است و برش اندیشه ها - لقمه بحر و گوهرش

اندیشه ها (۴۴)

البته این نکته لازم به یادآوری است که غذا علت تامه برای اعمال نیست بلکه در حد زمینه و شرط است یعنی نوع تغذیه می تواند زمینه برخی از گرایش های درست یا نادرست را در انسان و نسل او فراهم نماید.

۵. تاثیر مثبت در شخصیت انسان

حرام می باشد. (۵۶) و همین نکته در حدیث قدسی آمده است که خداوند فرمود: «فَمِنْكَ الدُّعَاءُ وَعَلَى الْإِجَابَةِ فَلاتَحْبُ عَنِّي دَعْوَةٌ إِلَّا دَعْوَةُ آكِلِ الْحَرَامِ» (۵۷)؛ بنده من تو دعا کن، من اجابت می کنم، بدان که تمام دعاها به پیشگاه اجابت من می رسد مگر دعای کسی که مال حرام می خورد. از امام صادق (ع) نیز در همین باره نقل شده است که اگر کسی با مال حرام به حج برود، هنگامی که «لبیک» گوید جواب رد به او داده می شود و اگر با مال حلال به حج رود پاسخ مثبت به او داده می شود» (۵۸)

نتیجه گیری

از بررسی آموزه های نورانی قرآن و اهل بیت (علیهم السلام) و دیگر مباحث ارائه شده در این پژوهش می توان به نتایج ذیل اشاره کرد:

۱. تغذیه از حیاتی ترین نیازهای دایمی بشر می باشد که نقش تعیین کننده ای در سلامت جسمی و معنوی بشر دارد و در آموزه های دینی احکام و آداب فراوان و ارزشمندی در باره آن آمده است.

۲. رزق حلال نقش تاثیر گذاری در دستیابی انسان به دیگر ابعاد سلامتی و سعادت واقعی دارد و این بُعد از سلامت در صورت تامین، آثار با برکتی همچون حالت اطمینان، احساس امنیت، رضایت مندی، نشاط درونی و امید فراوان به همراه خواهد داشت.

۳. شرط اصلی برخورداری از سلامت معنوی، وجود اعتقاد راسخ به منبع لایزال الهی و رعایت توصیه های آن خالق بی همتا است که یکی از مهمترین آنها بهره مندی از رزق حلال و پاک و پرهیز از غذاهای حرام و ناپاک می باشد.

۴. طلب روزی حلال و بهره جستن از رزق پاک، آثار و برکات زیادی همچون، تقویت دینداری، توفیق عمل نیکو، نورانیت قلب، جلب رحمت و حمایت الهی، شکل گیری شخصیت مثبت، برخورداری از حمایت خداوند و استجاب دعا را در پی خواهد داشت.

یکی از چیزهای تاثیر پذیر از رزق و روزی حلال و غذاهای پاک، شخصیت انسان است بر همین اساس در آموزه های دین اسلام سفارش های فراوانی در باره دقت در غذاهای کودکان شده است چون شخصیت آنها بر اساس نوع غذا شکل می گیرد، همانگونه که در توصیه های امیر مومنان علی (علیه السلام) آمده است که توجه کنید چه کسی به فرزند شما شیر می دهد زیرا کودک با همین وضع پرورش می یابد (۵۲) و آن حضرت در سخنی دیگر در فلسفه دقت در انتخاب دایه برای فرزند فرمود: «برای شیر دهی کودکان بهترین هارا انتخاب کنید همچنان که این دقت را در انتخاب همسر رعایت می کنید چرا که شیر طبیعت ها را دگرگون می کند» (۵۳) با توجه به اهمیت جایگاه رزق حلال در شخصیت فرزندان است که رسول خدا (صلی الله علیه وآله) یکی از حقوق فرزندان بر پدر را تامین رزق پاک و حلال دانسته است (۵۴)

۶. برخورداری از حمایت خداوند

یکی از شاخصه های سلامت معنوی، داشتن آرامش روحی و روانی در زندگی است و این نعمت در صورتی نصیب انسان می شود که خود را در پناه خداوند ببیند و از حمایت های او بر خوردار گردد و این لطف و عنایت الهی به فرموده رسول خدا (صلی الله علیه وآله) شامل حال کسانی خواهد شد که از خوردنی و نوشیدنی های حلال و پاکیزه بهره ببرند. (۵۵)

۷. استجاب دعا

درخواست کردن و دعا نمودن یکی از راه هایی است که بر اساس توصیه خداوند «أَدْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ» (غافر: ۶۰)؛ می توان در کنار تلاش و کوشش، بسیاری از نعمت ها همچون سلامتی معنوی، جسمی و عاقبت بخیری را بدست آورد به شرط آنکه شرائط اجابت دعا رعایت شود که بفرموده رسول خدا (صلی الله علیه وآله) یکی از مهم ترین شرط ها استفاده از رزق پاک و حلال و پرهیز از غذاهای

1. Abolghasemi, Mohammad Javad, The Concept of Spiritual Health and Its Extent in Religious Attitudes, Medical Journal Ethics Chapter, Year 6, Summer 2012, No. 20, pp. 68-45. (persian)
2. Majlesi, Mohammad Bagher, Baharalanvar, vol. 5, Beirut, Dar al-'Arta al-Arabi, 1403, p. 148(Arabic)
3. Jowhari, Ismail ibn Hamad, Al-Saha'ah, vol. 4, Beirut, Dar Alalum Lammany, 1376, p(Arabic). 1481; Ibn manzur, Muhammad b. Makram, vol. 10, Lissan al-Arab, issued in the year 1404, p. 115(Arabic), Firoozabadi, Mohammad ibn Ya'qub, Ghumaz al-Mahit, Volume 3, Beirut, Dar al-Kabul Al-Ammia, 1415, p. 320(Arabic)
4. Dekhoda, Ali Akbar, Dekhoda Dictionary, Tehran University Press, 1352, under the word "Rizq"(persian)
5. Tahanoui, Mohammad ibn Ali, terms al-Fonoun and al-ulum, Volume 1, Istanbul, Dar Hero, 1404, p. 581(Arabic)
6. Tabatabaei, Mohammad Hussein, Al-Mizan Fi tehsir Al-Quran, Translation, Seyyed Mohammad Bagher Mousavi Hamedani, Volume 3, Qom, Islamic Publishing House, Teachers Society, 1417 AH, p. 136(persian)
7. Mostafavi, Hasan, Mesbah al-Sharia and Moftah al-Haghigha, Tehran, Islamic Society of Wisdom and Philosophy of Iran, 1360, p. 115(Arabic)
8. Hassini Dashti, Mustafa, Maaref and Maheif, J4, Tehran, published by Andizha Islami, 1379, p. 641(Persian)
9. Heli Hasan ibn Yusuf, Kashf Al-Murad, Qom, Dar al-Fakr, 1379, p. 341 ; Alam al-Hoda, Ali ibn Husayn, Rasheil al-Adl and al-Tawhid, Volume 2, Egypt, Dar al east, 1408 AH, pp. 169-170(Arabic)
10. Homs Razi, Mahmud al-Mannqz-i-i-al-Taqlid, Q 1, Qom, Al-Nasr al-Islami Institute, 1414, pp. 362-363; Hali, Hassan ibn Yusuf, Kashf Al-Murad, Qom, Dar al-Fakr, 1379, p. 341(Arabic)
11. Halei, Hassan ibn Yusuf, Rasheel Al-Adl and Al-Tawhid, 2, Egypt, Dar eshragh, 1408, p. 169(Arabic) ; Tabatabaei, Mohammad Hussein, Al-Mizan Fi Tafsir al-Quran, Volume 3, Qom, Islamic Publishing House, Teachers' Society, 1417 AH, p. 138(Arabic)
12. Ragheb Esfahani, Hussein ibn Muhammad, Translation of the Qur'anic words in the Quranic verses, translated by Mustafa Rahiminia, Tehran, Sobhan, 2009, p. 707(Arabic)
13. Makarem Shirazi, Nasser, Sample Tafsir, Volume 14, Tehran, Dar al-Kabul Eslamiyya, 1374, p. 15(persian)
14. Dekhoda, Ali Akbar, Dekhoda Dictionary, Health term, Tehran, Tehran University Press, 2006, p. 1704(persian)
15. Abolghasemi, Mohammad Javad, The Concept of Spiritual Health and Its Extent in Religious Attitudes, Medical Journal Ethics chapter, Summer 6, 2012, No. 20, pp. 68-45. (persian)
16. Shams Mohsen, Karimi Shangjarini, Akram, Dictionary of Education and Health Education and Promotion, Tehran, Tabriz, 2007, p. 74(Arabic)
17. Azizi, Fereydoun et al., Spiritual Health, What



- and Why and How, Tehran, Hoghoghi, 2014, p. 32-29(persian)
18. Ayatollahi, Seyyed Mohammad Taghi, General Health Issues in Islam, Maskouh Magazine, Spring, 1370, No. 30, pp. 150-132. (persian)
 19. Juhari, Abu Nasr Esma'il ibn Jameed, Al-Saha'a al-Loghah, Volume 3, Beirut, Dar al-Alam, 1407, p. 445(Arabic)
 20. Ibn Manzur, Mohammad bin Muhammad, Lessan al-Arab, Volume 15, Qom, Adib al-Hussei, 1405 AH, p. 119(Arabic); Safi Pour, Abdul Rahim, Muntahy al-Arab, vol. 3, , Sanaee library, p. 109(Arabic)
 21. Moain, Mohammad, Farsi Culture, Volume 1, Tehran, Amir Kabir, 1375, p. 1106(persian)
 22. Hosseini Ali, Sport, Nutrition, Health Physiology, Qom, Ahsan al-Hoda, 1999, p. 9(persian)
 23. Isazadeh, Isa, Nutrition based on the teachings of the Quran and the Ahlul-Bayt, Qom, Islamic Center of Science and Culture, 1396, p. 17(persian)
 24. Nouri Mirza Hossein, Mustardak al-Wasael, Volume 16, Beirut, Al-Al-Bait Institute, 1408 AH, p. 233(Arabic)
 25. Kollini, Mohammed ibn Ya'qub, al-Kafi, vol. 5, Beirut, Dar al-A'raf, 1410 AH, p. 125(Arabic)
 26. Ghorashi Ali Akbar, Qamos Quran, vol. 4, Tehran, Dar al-Kabul Eslamiyya, 1371, p. 257(persian)
 27. Mortaghi Hindi, Alauddin, Kanz al omal, Volume 4, Beirut, Maktabah ai Torath, 1397, p. 4(Arabic)
 28. Maghreizi, Taghi addin, Emta al-Asmaa, vol. 2, Beirut, Dar al-Kottab al-Ammia, 1420, p. 334(Arabic)
 29. ShAi'ri, Muhammad ibn Muhammad, Jamea Al-Akhbar, Isfahan, Amir-Momenan library, 1406, p. 139(Arabic)
 30. Majlesi, Mohammad Bagher, Behar al Anvar, vol. 5, Beirut, Dari Ehyya al-Torath al-Arabi, 1403, p. 273(Arabic)
 31. Masfat Hassan, Al-Tahaqiq, Volume 3, Tehran, Ministry of Culture and Islamic Guidance, 1989, p. 269(Arabic)
 32. Sharani, Abo al Hassan, Proceedings of Toobe, Volume 2, Tehran, Islamiyah, 1380, p. 4(Arabic)
 33. Ragheb Isfahani, Hussein ibn Muhammad, Translation of the Qur'anic verses, translated by Mustafa Rahiminia, Tehran, Sobhan, 2009, p. 175(Arabic)
 34. Shojaei Zand, Ali Reza, Religion, Society and Tradition, Topics in Sociology of Religion, Tehran, Nashkremes, 2005, pp. 36 and 35, 36. (persian)
 35. Serajzadeh Seyyed Hossein, Javaheri Fatemeh, Providence of Khajm Somayeh, Examination of Religious Effect on Health among Sample Students, Journal of Applied Sociology, Summer 2013, No. 1 Volume 24, pp. 77-55(persian)
 36. Tusi, Muhammad ibn Hassan, Al Amali, Qom, Dar Al-thagafa, 1414, p. 193(Arabic)
 37. Hor Ameli, Mohammad ibn Hassan, Waseel al-Shi'a, vol. 7, Qom, Ahl al-Bait, 1412 AH, p. 23(Arabic)
 38. Tusi, Mohammad b. Hassan, Tahzib al-Akkam, vol. 7, Correctional, Khorasan, Hassan al-Musawi, Tehran, 1409, p. 14 (Arabic)
 39. Majlisi, Mohammad Baqer, Behar al Anwar, vol. 5, Beirut, Dar Al Ehya al Torath Al-Arabi, 1403, p. 377(Arabic)

40. Makarem Shirazi, Nasser, Sample Commentary, vol. 14, Tehran, Dar al-Kotub al Eslamiyyah, 1374, p. 254; Zahili, Wahba, Al-Munir Commentary ,vol. 18, Syria, Damascus, Dar al-Fekr, 1411 AH, p. 57(persian)
41. Tommy Amidi, Abdul Wahid, Ghorar al-Hekam, Tehran, University of Tehran, 1373, p. 822(Arabic)
42. Makarem Shirazi, Nasser, Morality in the Quran, vol. 1, Qom, Alamam Ali ibn Abi Talib School, 1377, p. 208(persian)
43. Hagi Barsoy, Ishmael, the interpretation of Roh al-Bayan, vol. 1, Beirut, Dar al fekr, p. 273(Arabic)
44. Heli, Ibn Fahad Ahmad ibn Muhammad, Odah al-Dai't and Najah al-Sa'ayi, Qom, Dar al-Kotub al Eslami, 1415 AH, p. 153(Arabic)
45. Ibn Babawayi, Mohammad bin Ali, Ma'ani al-Akbar, vol. 1., Beirut, Al-Alami Lelmalob Institute, 1988, p. 3(Arabic)
46. T abarsei, Fazl ibn Hassan, Nasr al Leali, Mashhad, Islamic Studies Foundation, 2005, p. 82(Arabic)
47. H arani, Ibn Shuba, Tohaf Al Ooqul, Qom, Al-N a shr al-Islami Institute, 1404 AH, p. 240(Arabic)
48. Shoairi, Muhammad ibn Muhammad, Jamea al-Akhbar, Najaf Ashraf, Heydarieh Publishing, p. 139(Arabic)
49. Motaghi Hindi, Alaeddin, Kanz al Omal, vol. 4, Beirut, Maktabah al Torath, 1397, p. 4(Arabic)
50. Ibn Babawayh Muhammad ibn Ali, Man La Yahzor al-Faghih, vol. 3, Qom, The Office of Publications of the Society of Teachers, 1413 AH, p. 163(Arabic)
51. Hor al Ameli, Muhammad b. Hassan, Waseel al-Shi'a, vol. 12, Qom, Ahlul-Bayt Institute, 1412 AH, p. 467(Arabic)
52. Homiri Qomi, Abdullah ibn Ja'far, Qorb al-Asnad, Qom, Al-Al-Bait Institute, 1413 AH, p. 93(Arabic)
53. Motaghi Hindi, Alaeddin, , Kanz al Omal, vol. 4, Beirut, Maktabah al Torath, 1397, p. 417(Arabic)
54. Majlesi, Mohammad Bagher, Behar al Anwar, vol. 5, Beirut: Dar al- Ehya al Torath al-Arabi, 1403, p. 27(Arabic)
- 55 and 56. . Heli, Ibn Fahad Ahmad ibn Muhammad, Odah al-Dai't and Najah al-Sa'ayi, Qom, Dar al-Kotub al Eslami, 1415 AH, p. 139(Arabic)
56. Heli, Ibn Fahad Ahmad ibn Muhammad, Odah al-Dai't and Najah al-Sa'ayi, Qom, Dar al-Kotub al Eslami, 1415 AH, p. 153(Arabic)
57. Koleini, Mohammed ibn Ya'qub, Al-Kafi, vol. 5, Beirut, Dar al-taarof, 1410 AH, p. 124(Arabic)

The role of Halal livelihood in the spiritual health of man from the perspective of verses and narrations

Esa esazadeh^{1*}, Nikzad iesazadeh²

Abstract

The spiritual health of man as the fourth dimension of health is based on several factors that are considered by sources of Islam in the religion of Islam and Halal livelihood is one of the most important ones. In Islamic culture, for the purpose of obtaining halal livelihood remedies and avoiding haram's provisions, advisory recommendations are given, because nutrition Clean and solvent foods can have positive effects in improving the personality and health of the human soul, as the use of unclean and haram nutrition brings bad consequences into the human psyche. The current research seeks to Using Islamic rich sources, the effects of halal livelihood treatments on human spiritual well being are analyzed Rossi's.

Methodology of research: The method of work in this research is based on the study of a book house based on the study of verses and narrations related to the subject

Research findings: In rich sources of Islam, there are many verses and narratives that in addition to explaining the place and importance of halal livelihood treatments, its valuable effects on the health of human personality has been counted

Conclusion: It follows from the study of verses and narratives that the use of halal livelihood works brings blessed effects to human spiritual well-being, such as positive effect on personality, strengthening of religiosity, success in good deeds, heart luminosity, enjoyment of protection and affection Divine will have the privilege of prayer.

Key words: livelihood, Halal, spiritual health, human, verses, narrations

1*. Corresponding Author, holder 4 level of Howzeh, specialty:Ph.D. of Islamic theology, Assistant .Prof, in Institute of Culture and Qur'an and at Department of Islmaic propagandas in Iran,Qom, e.eisazadeh@isca.ac.ir Tel: 09122512791

2. Associate .Prof, Research center of Quran, Hadith and Medicine, Tehran University. iesazadeh@tums.ac.ir Tel: 09124050889