



بهداشت

پرسش: پیامون بهداشت و طبابت در اسلام توضیح دهید؟

فهرست مندرجات

- ۱ - اسلام، دین جامع
- ۲ - هدف اصلی از آفرینش
- ۳ - بهداشت در روایات
- ۴ - وضع بهداشتی عرب قبل از اسلام
- ۵ - علوم پزشکی در اسلام
- ۶ - پزشکان برجسته مسلمان
- ۷ - توصیه های بهداشتی در اسلام
- ۷.۱ - بهداشت جنسی
- ۷.۲ - بهداشت غذایی
- ۷.۳ - بهداشت فردی
- ۷.۴ - بهداشت عمومی
- ۸ - منابع برای مطالعه بیشتر
- ۹ - پانویس
- ۱۰ - منبع

اسلام، دین جامع

پاسخ:

پیامبر اکرم اسلام - صلی الله علیه و آله - آخرین فرستاده خداوند است دینش کاملترین و جامع ترین ادیان. یعنی به همه ابعاد نیازهای انسان در جهت سعادت دنیوی و اخروی اش پرداخته و چیزی را از قلم نیانداخته است.

هدف اصلی از آفرینش

هدف اصلی انسان و آفرینش او، سیر به سوی **کمال** و **قرب خداوند** است، برنامه ها و معارف این دین هم بر همین هدف استوار است. بنابراین موضوع اصلی دین اسلام و کتابش **قرآن مجید**، **هدایت** است و اگر مسائلی از **علوم** مختلف را مثلاً از زمین شناسی، نجوم، زیست شناسی، پزشکی، فیزیک و... و دیگر **علوم طبیعی** در قرآن مجید می یابیم، باید بدانیم که همه این اشاره ها در قرآن، با اهداف توحیدی و هدایت بشر، آورده شده اند. در این نوشتار به موضوع «بهداشت و علم پزشکی» در قرآن و **روایات ائمه** - علیهم السلام - می پردازیم.

بهداشت در روایات

چونکه بهداشت جنبه پیش گیرانه دارد و علم پزشکی، جنبه درمانی، روایات شریف بر امر بهداشت و **نظافت**، تأکیدات زیادی دارند. **پیامبر اکرم** - صلی الله علیه و آله - فرمودند: تا آنجا که می توانید نظافت و بهداشت را رعایت کنید. زیرا اسلام بر نظافت بنا شده است و فقط انسان پاکیزه وارد **بهشت** می شود. [۱] همچنین **امام رضا** - علیه السلام - نظافت و پاکیزگی را از صفات **انبیاء الهی** می دانند. [۲] و نیز، **پیامبر اکرم** - صلی الله علیه و آله - برای اینکه مخاطبان خود را به حفظ بهداشت و نظافت تشویق نماید، می فرماید: خداوند متعال نظافت و پاکی را دوست دارد. [۳]

وضع بهداشتی عرب قبل از اسلام

ارزش این توصیه ها و این فرهنگ بهداشت مدار، موقعی ظاهر می شود که وضع بهداشتی و غذایی مردم عرب قبل از اسلام را در کلام امام علی - علیه السلام - این چنین بشنویم: «خداوند، پیامبر اکرم - صلی الله علیه و آله - را هشدار دهنده جهانیان مبعوث نمود... آنگاه که شما ملت عرب، بدترین دین را داشتید و در بدترین خانه ها زندگی می کردید، میان غارها و سنگ های خشن و مارهای سمی خطرناک فاقد شنوایی به سر می بردید، آبهای آلوده می نوشیدید و غذاهای ناگوار می خوردید...» [۴]

علوم پزشکی در اسلام

نزول قرآن در این عصر ظلمت **جهل** و **ظلم**، چون برقی درخشید و از **اعراب** و ملت های مسلمان، چون **تمدن عظیمی** برپا کرد که چشم جهانیان را خیره ساخت. یکی از عرصه های این تمدن عظیم، علوم پزشکی بود به طوری که پس از مدتی کوتاه، در **کشورهای اسلامی** پزشکان بزرگی ظاهر گشتند و شهرت آنها به طوری جهانی شد که پی بررسو می نویسد: «یکی از پادشاهان اروپا (منطقه باستیل) هنگامی که بیمار شد برای معالجه به نزد دشمنان خود (یعنی مسلمانان) به شهر قرطبه آمد.» [۵] این پیشرفت ها سیر صعودی داشت، چنانکه دکتر احمد عیسی بک در «تاریخ بیمارستانات فی الاسلام» حدود ۸۰ بیمارستان را در کشورهای اسلامی (در گذشته) بر می شمارد. [۶] یکی از این بیمارستانها، بیمارستان کبیر منصور (۶۸۴ ق) در مصر بود که بزرگترین بیمارستان قرون وسطی بود [۷] و برای بیماران مختلف بخش های جداگانه داشت و شامل قسمت های داروخانه، تجربه خانه، بخش سرپائی، مطبخ، حمام، کتابخانه، مسجد و سالن مطالعه بود. [۸]

از پزشکان برجسته مسلمان می توان **مجد بن زکریا رازی** (۲۵۱-۳۱۳ ق) و **ابوریحان بیرونی** (۳۶۴-۴۳۰ ق) و **بو علی سینا** (۳۷۱-۴۲۸ ق یا ۹۸۰-۱۰۳۷م) را می توان نام برد که کتاب قانون او، تا سالها در دانشگاه های اروپا مورد استفاده بود، به طوری که دکتر مونتگمری وات، مورخ شهیر انگلیس در کتاب خود، پزشکی اروپا را تا قرنهای ۱۵ و ۱۶ میلادی، وابسته به پزشکی اعراب (مسلمانان) می داند. [۹]

توصیه های بهداشتی در اسلام

قرآن که فروزنده مشعل علم و دانش و خردمندی و تفکر است، (اشاره به حدیث پیامبر اکرم - صلی الله علیه و آله - : اطلبوا العلم ولو بالصین. فان طلب العلم فريضة على كل مسلم). [۱۰] با بیاناتی مختلف انسان را به تفکر در مورد ساختمان وجودی حیوانات فرا می خواند: «آیا به شتر نمی نگرند که چگونه آفریده شده است.» [۱۱]

و یا به شناخت غذاها دعوت می کند: «پس انسان به غذای خویش بنگرد (و تفکر کند).» [۱۲] و یا به تفکر و دقت در مورد شناخت خلقت انسان و مراحل جنینی او فرا می خواند: «به درستی که ما انسان را از آب نطفه مختلط آفریدیم...» [۱۳] و یا دستوراتی می فرماید که جنبه بهداشتی هم دارد، که در ادامه به آنها اشاره می شود.

برای پی گیری آسانتر بحث، مطالب را به پنج عنوان تقسیم می کنیم: الف) بهداشت غذایی ب) بهداشت فردی ج) بهداشت عمومی ج) بهداشت جنسی د) بهداشت روانی. برای رعایت اختصار این نوشتار، برای عنوان «بهداشت روانی» چند منبع معرفی می نمائیم [۱۴] و به اشاره ای گذرا به «بهداشت جنسی» بسنده می کنیم:

← بهداشت جنسی

در مسایل بهداشت جنسی مسائلی مطرح شده که علم روز نیز آن را تأکید کرده است. - ممنوعیت آمیزش با زنان در حالت عادت ماهیانه: قرآن می فرماید: «و از تو درباره حیض سوال می کنند، بگو چیز زیان باری است و لذا در حالت قاعدگی از زنان کناره گیری نمائید و با آنها نزدیکی ننمائید تا پاک شوند.» [۱۵] - ممنوعیت زنا: که قرآن از آن به «فاحشه» یاد کرده است. [۱۶] [۱۷] [۱۸] - ممنوعیت هم جنس بازی (لواط) [۱۹] [۲۰] [۲۱] - ممنوعیت استمناء (خودارضائی) که حرام است. [۲۲]

← بهداشت غذایی

- دعوت به غذاهای پاک و پاکیزه (طیب): «ای مردم از آنچه در زمین است، حلال و پاکیزه را تناول کنید.» [۲۳] [۲۴] [۲۵] [۲۶] - ممنوعیت غذاهای غیر بهداشتی (خبث): «و (آن رسول) بر آنان، هر غذای پاکیزه و مطبوع را حلال و هر چیز پلید و منفور را حرام می گرداند.» [۲۷] - ممنوعیت گوشت مردار و خوک: «همانا او گوشت مردار و خوک و... را بر شما حرام کرد و...» [۲۸] [۲۹] [۳۰] [۳۱] - ممنوعیت نوشیدن خون و شراب: [۳۲]

دکتر مجد علی رضائی، در مورد ممنوعیت گوشت مردار و خوک و خون و شراب، بحث های علمی و پزشکی مفیدی نموده اند و نظرات پزشکان متعددی را جمع آوری کرده است. [۳۳] - سفارش در مورد سبزیجات: نقل می کنند که حضرت علی - علیه السلام - بر سفره ای نمی نشستند الا اینکه بر آن سبزی باشد [۳۴] و برای میوه ها و سبزیجات خواص زیادی ذکر فرمودند که برای اختصار به معرفی منبع آن، بسنده می شود. [۳۵] - توصیه های بهداشتی در مورد غذا خوردن: امام علی - علیه السلام - فرمود: کسی که دوست دارد، خیر خانه اش، زیاد شود، قبل از شروع به غذا خوردن وضو بگیرد... [۳۶]. همچنین، حضرت علی - علیه السلام - در توصیه ای به امام حسن - علیه السلام - به خصلت هایی اشاره نمودند که انسان را از طب بی نیاز می کند. بر سفره منشین الا وقتی که اشتها داری و خوب غذا را بجو...» [۳۷]

← بهداشت فردی در دین ما مسائلی مطرح شده که یکی از آثار آن بهداشت و نظافت است و حکمت هایی نیز دارد که خداوند جهان به آن عالم است. وضو: با واجب شدن وضو برای هر نماز، هر مسلمان در ۲۴ ساعت حداقل سه بار باید دست و صورت خود را بشوید. غسل: در اسلام غسل های واجب و غسل های بسیار زیاد مستحبی وجود دارد (مثل غسل جمعه) که یکی از اسرار بی شمار این غسل ها، بهداشت و نظافت می تواند باشد. البته حکمت هایی نیز دارد که ما انسان ها بخاطر محدودیت درک به کته آن نمی رسیم. - پاکیزگی لباس: که یکی از شرط های لباس نماز گزار است و هر مسلمان برای ۵ نماز واجب خود باید لباس تمیز و پاکیزه بپوشد در غیر نماز هم مسلمان باید لباس پاکیزه بپوشد. پیامبر اکرم - صلی الله علیه و آله - فرمودند: هر کس لباس می گیرد (و می پوشد) باید آنرا پاکیزه کند. [۳۸] - بهداشت دهان و دندان: امام علی - علیه السلام - فرمودند: مسواک زدن، پاک کننده دهان است و مورد رضای خداوند. [۳۹] همچنین فرمودند: با خلال کردن، غذا (در لای دندانها) نمی ماند و بو نمی دهد و لذا حضرت - علیه السلام - به خلال کردن و نوع چوب آن سفارش می فرمودند. [۴۰] - کوتاه کردن شارپ (سبیل، موی روی لب): امام علی - علیه السلام - گرفتن شارپ را نوعی نظافت می دانند. [۴۱] - حمام: مولا علی - علیه السلام - در تعریف و تمجید از این مکان فرمودند: «چه جای خوبی است حمام که به یاد آتش جهنم می اندازد و چرک را می برد.» [۴۲]

- حمامت: آن حضرت - علیه السلام - این کار را موجب سلامتی بدن و استحکام عقل، می دانند. [۴۳] و دستورات و مطالب دیگری که به این تعداد بسنده می شود.

← بهداشت عمومی برای نمونه می توان دو مورد زیر را مورد توجه قرار دهیم.

- جمع آوری زباله: مولا علی - علیه السلام - فرمودند: دستمال آلوده را در خانه نگذارید زیرا محل رشد شیطان (میکروب) است. (واژه شیطان، به هر دو موجود پلید گفته می شود). [۴۴]

- بهداشت خانه: امام باقر - علیه السلام - فرمودند: «چارو کشیدن خانه، فقر را می برد.» [۴۵] و امام علی - علیه السلام - فرمودند: خانه هایتان را از تار عنکبوت پاک کنید و الا باعث فقر می شود. [۴۶] و نیز فرمودند: خاکروبه را پشت در قرار ندهید زیرا محل شیطان (میکروب) است. [۴۷] پیامبر اسلام (صلی الله و علیه) فرمودند: «لا خیر فی الحیاة الا مع الصحة» «خیری در زندگی نیست مگر با صحت (و سلامتی)» [۴۸]

منابع برای مطالعه بیشتر

دکتر شهید پاک نژاد، سید رضا، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، یزد، بنیاد فرهنگی شهید پاک نژاد، ۱۳۶۰، که عناوین آن به شرح زیر است: اسلام و میکروب شناسی، زیست شناسی و جنین شناسی، ج ۱ - اسلام و بهداشت شهر و اجتماع، ج ۲ - بهداشت تغذیه در اسلام (فلسفه روزه) ج ۳ و ۴ - خوردنی هائی که نامشان در قرآن و روایات آمده (عسل)، ج ۵ - (شیر)، ج ۶ - (خرما و انگور)، ج ۷ - (گوشت)، ج ۸ - (میوه و سبزی)، ج ۹ و ۱۰ - بهداشت بدن، ج ۱۲ و ۱۳ و ۱۵ و ۱۹ - ورزش، ج ۱۴ - بهداشت خواب و خوابیدن، ج ۱۷ - بهداشت لباس، ج ۱۸ - دکتر رضائی، مجد علی، پژوهش در اعجاز علمی قرآن (علوم زیستی و پزشکی)، ج ۲. دشنی مجد، مجموعه الگوهای رفتاری امام علی - علیه السلام - بهداشت و درمان. دکتر صبور احمد، آئین بهزیستی در اسلام، ۳ جلد.

۱. ↑ ری شهری مجد، میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۳۰۲. 📄
۲. ↑ میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۳۰۳. 📄
۳. ↑ میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۳۰۲. 📄
۴. ↑ حضرت علی - علیه السلام؛ نهج البلاغه، ترجمه مجد دشتی، انتشارات عصر ظهور، چاپ اول، ۱۳۷۹، خطبة ۱/۲۶، ص ۷۲.
۵. ↑ رضائی، مجد علی، پژوهش در اعجاز علمی قرآن (علوم زیست شناسی و پزشکی)؛ رشت: انتشارات کتاب مبین، چاپ دوم، ۱۳۸۱، ج ۳، ص ۲۹۸، به نقل از تاریخ علم، ص ۱۱۷.
۶. ↑ همان، ص ۲۹۷.
۷. ↑ قرون وسطی، دوره ای طولانی از تاریخ غرب را در بر می گیرد که از سده چهارم میلادی تا چهاردهم را شامل می شود. برخی این دوره را دوران «تاریکی فکر و اندیشه» نامیده اند. (Dark Ages). برای مطالعه ر. ک: رهنمائی احمد؛ غرب شناسی، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (رحمة الله علیه).
۸. ↑ پژوهش در اعجاز علمی قرآن، ج ۲، ص ۲۹۸، به نقل از: رحله ابن بطوطه، چاپ پاریس، ج ۱، ص ۷۱.
۹. ↑ وات، مونگمری، تاثیر اسلام بر اروپای قرون وسطی، ترجمه و توضیح: حسین عبدالحمیدی، قم، انتشارات موسسه آموزش و پژوهشی امام خمینی (رحمة الله علیه)، چاپ اول، ۱۳۷۸، ۱۱۷.
۱۰. ↑ میزان الحکمه، ج ۳، ص ۲۰۷۰. 📄
۱۱. ↑ عاشیه/سوره ۸۸، آیه ۱۷. 📄
۱۲. ↑ عبس/سوره ۸۰، آیه ۲۴. 📄
۱۳. ↑ انسان/سوره ۷۶، آیه ۲. 📄
۱۴. ↑ ر. ک: پژوهشی در اعجاز علمی قرآن، ج ۲، ص ۲۹۵-۴۰۴ - بهداشت روان در اسلام، مهدی صانعی، مجموعه مقالات اولین همایش بین المللی نقش دین در بهداشت روان، (آذر ۷۶)، دفتر نشر نوید.
۱۵. ↑ بقره/سوره ۲، آیه ۲۲۲. 📄
۱۶. ↑ اسراء/سوره ۱۷، آیه ۳۲. 📄
۱۷. ↑ ممتحنه/سوره ۶۰، آیه ۱۲. 📄
۱۸. ↑ نور/سوره ۲۴، آیه ۲-۲. 📄
۱۹. ↑ شعرا/سوره ۲۶، آیه ۱۶۵. 📄
۲۰. ↑ اعراف/سوره ۷، آیه ۸۰. 📄
۲۱. ↑ عنکبوت/سوره ۲۹، آیه ۲۸. 📄
۲۲. ↑ ر. ک: پژوهش در اعجاز علمی قرآن، ج ۲، ص ۳۷۰-۳۷۵، ص ۳۷۹-۳۸۴، ص ۳۸۹-۳۹۱، ص ۳۹۴-۳۹۲.
۲۳. ↑ بقره/سوره ۲، آیه ۱۶۸. 📄
۲۴. ↑ مائده/سوره ۵، آیه ۸۸. 📄
۲۵. ↑ انفال/سوره ۸، آیه ۶۹. 📄
۲۶. ↑ نحل/سوره ۱۶، آیه ۱۱۴. 📄
۲۷. ↑ اعراف/سوره ۷، آیه ۱۷۵. 📄
۲۸. ↑ انعام/سوره ۶، آیه ۱۴۵. 📄
۲۹. ↑ نحل/سوره ۱۶، آیه ۱۱۵. 📄
۳۰. ↑ بقره/سوره ۲، آیه ۱۷۲. 📄
۳۱. ↑ مائده/سوره ۵، آیه ۳. 📄
۳۲. ↑ بقره/سوره ۲، آیه ۲۱۹. 📄
۳۳. ↑ ر. ک: پژوهش در اعجاز علمی قرآن، ج ۲، ص ۳۱۹-۳۱۵، ص ۳۲۵-۳۲۰، ص ۳۳۰-۳۳۷، ص ۳۴۱-۳۳۶.
۳۴. ↑ وسائل الشیعه، ج ۲۴، ص ۴۱۹، ج ۳۰۹۴۶. 📄
۳۵. ↑ دشتی مجد، مجموعه الگوهای رفتاری امام علی - علیه السلام، بهداشت و درمان، تهران، سازمان تحقیقات نیروی مقاومت بسیج، چاپ اول، ۱۳۸۰، فصل ۸.
۳۶. ↑ الشیخ صدوق، الخصال، ص ۱۲. 📄
۳۷. ↑ وسائل الشیعه، ج ۲۴، ص ۲۴۵، ج ۳۰۴۵۱. 📄
۳۸. ↑ میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۳۰۲. 📄
۳۹. ↑ الشیخ کلینی، فروع الکافی، ج ۶، ص ۴۹۶. 📄
۴۰. ↑ وسائل الشیعه، ج ۲۴، ص ۴۲۵. 📄
۴۱. ↑ الحرائی ابن شعبه، تحف العقول، ص ۱۰۰. 📄
۴۲. ↑ وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۲۹، ج ۱۲۸۲. 📄
۴۳. ↑ مجلسی مجد باقر، حلیه المتقین، باب ۹، فصل ۱۲.
۴۴. ↑ فروع الکافی، ج ۶، ص ۲۹۹، باب النوادر، ج ۱۸. 📄
۴۵. ↑ میزان الحکمه، ج ۴، ص ۳۳۰۲. 📄
۴۶. ↑ همان، ج ۴، ص ۲۰۲۲۶.
۴۷. ↑ همان، ج ۴، ص ۲۰۲۲۳.
۴۸. ↑ طب النبوی و طب الصادق - علیهم السلام، روش تندرستی در اسلام، نوشته ابوالعباس مستغفری، ترجمه یعقوب مراغی، چاپ سوم، ۱۳۸۱، انتشارات مومنین، ص ۱۵.

منبع

اندیشه قم. 📄

رده‌های این صفحه : **بهداشت در اسلام**