



باسمه تعالی

تاریخ: ۱۴۰۴/۰۹/۱۰

شماره:

فرم گزارش نشست های هم اندیشی

موضوع نشست: قرآن و سلامت استاد مدعو: جناب آقای مرجانی مکان برگزاری: سالن شهید رجائی

بی تردید، قرآن کریم به عنوان معجزه جاویدان پیامبر اکرم(ص)، کتاب هدایت برای تمامی جنبه‌های زندگی انسان است. در این میان، "سلامت" به معنای وسیع آن (شامل سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی) جایگاهی ویژه در آیات این کتاب آسمانی دارد. این نشست، فرصتی است برای هم‌اندیشی میان متولیان سلامت جامعه و متخصصان علوم قرآن و حدیث، تا با نگاهی میان‌رشته‌ای، گنجینه‌های نهفته در این متن مقدس را برای ارتقای سلامت فرد و جامعه بیش از پیش بشناسیم و به کار بندیم.

۱. مبانی قرآنی سلامت جامع‌نگر

دیدگاه قرآن به انسان، دیدگاهی کل‌نگر و چندبعدی است. آیات بسیاری بر ارتباط تنگاتنگ جسم و روح تأکید دارند.

- سلامت جسمانی: قرآن با تشریح قوانین مربوط به پاکیزگی (طهارت) مانند وضو و غسل، توصیه به تغذیه سالم (حلال و طیب: مانند غسل به عنوان شفا - سوره نحل، آیه ۶۹)، و پرهیز از مواد مضر (مانند شراب و قمار که "رَجَسٌ" خوانده شده‌اند - سوره مائده، آیه ۹۰)، پایه‌های بهداشت فردی و اجتماعی را بنیان نهاده است. حتی برخی دستورات عبادی مانند روزه (سوره بقره، آیه ۱۸۳) امروزه تأثیرات پیشگیرانه و درمانی آن در پزشکی نوین به اثبات رسیده است.

- سلامت روانی: قرآن کریم با ارائه مفاهیمی مانند اطمینان قلب ("أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" - سوره رعد، آیه ۲۸)، صبر، امید به رحمت الهی و توکل، قدرتمندترین ابزار مقابله با اضطراب، افسردگی و استرس را در اختیار انسان می‌گذارد. دعا و مناجات به عنوان یک تکنیک مؤثر تخلیه هیجانی و ارتباط درمانی مورد توجه است.

- سلامت معنوی: این بُعد، اساس و محور سلامت از نگاه قرآن است. ایمان به خدا، معاد و حس مسئولیت در قبال اعمال ("وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى" - سوره نجم، آیه ۳۹) به زندگی معنا می‌بخشد و فرد را در مقابل بحران‌های زندگی مقاوم می‌سازد. مفهوم عافیت در روایات، گسترده‌تر از سلامتی جسمی و شامل نعمت‌های ایمان و امنیت است.

۲. قرآن و سبک زندگی سلامت‌محور

قرآن کریم یک «سبک زندگی» جامع ارائه می‌دهد که رعایت آن به صورت مستقیم و غیرمستقیم موجب سلامتی می‌شود.

- تعادل و میانه‌روی: اصل "وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا" (بخورید و بیاشامید و اسراف نکنید - سوره اعراف، آیه ۳۱) یک اصل کلیدی در تغذیه و مصرف است که از چاقی، بیماری‌های متابولیک و عوارض آن پیشگیری می‌کند.
- پرهیز از عوامل خطر: قرآن نه تنها از محرّمات واضح (مانند شراب) نهی کرده، بلکه از اضطراب و خشم ("وَأَيَّاكَ وَالْعُصْبَ" در روایات) و حسادت ("قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ مِنْ شَرِّ حَاسِدٍ" - سوره فلق) نیز به عنوان عوامل بیماری‌زا یاد می‌کند.
- تأکید بر محیط سالم: قوانین مربوط به حفظ پاکی آب‌ها، دوری از آلودگی (در مفهوم عام) و رعایت حقوق همسایگان، به ایجاد یک محیط زیست سالم کمک می‌کند.

۳. قرآن و اخلاق پزشکی

آیات قرآن، چارچوب‌های ارزشمندی برای تعامل درمانگر و بیمار ارائه می‌دهد:

- تکریم انسان: کرامت ذاتی بشر ("وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ" - سوره اسراء، آیه ۷۰) باید در تمام مراحل درمان محور باشد.
- رازداری: ضرورت حفظ اسرار بیمار را می‌توان از لزوم حفظ عورات و پرهیز از غیبت استنباط کرد.
- مسئولیت‌پذیری: تأکید بر عدل و احسان ("إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ" - سوره نحل، آیه ۹۰) خط‌مشی برای ارائه خدمات عادلانه و همراه با احترام است.
- امیدآفرینی: زبان قرآن با بیمار، زبانی امیدبخش و توأم با یادآوری قدرت لایزال الهی است.

نتیجه‌گیری

قرآن کریم، نه یک کتاب پزشکی به معنای متعارف، بلکه یک "دستورالعمل جامع حیات طیبه" است. سلامت در این منظومه، موهبتی الهی و مسئولیتی انسانی است که با عمل به آموزه‌های وحیانی تقویت می‌شود. تقریب علم روز پزشکی با معارف ناب قرآنی، می‌تواند الگویی پیشرو در ارائه خدمات سلامت با رویکرد «انسان‌محوری کامل» ارائه دهد.