



دین فرهنگ، جامعه مدرن، و ارتقاء فرهنگ سلامت،

سید محمود طباطبائی^۱

دانشگاه فردوسی مشهد

tabanet@um.ac.ir

چکیده:

جامعه جهانی و مدرن امروز بعد از قهر و دشمنی چند صدساله با دین و معنویت دوباره بر حسب تجاربی که هزینه های نسلی بسیار سنگینی بابت آن پرداخت به معنویت روی آورده است. بشر امروز دریافته است که سلامت در تمامی ابعادش با تکنولوژی و پیشرفت های صنعتی و الکترونیکی حاصل نمی گردد. از همین رو در صدد است تا از طریق روش های تجربی به پیشگیری از بحران های معنوی انسان امروز دست یابد غافل از آنکه خدای بشر که نقش مربی و پرورنده ای او را دارد با شناخت عمیقی که از استعدادها و توانمندی و ضعف ها و نقص های او دارد بهترین توصیه ها و سفارش ها را برای صحت و سلامتی و دوری بشر از درد و رنج و بیماری در قالب ادیان آورده است. اگر دین به معنای واقعی خودش و بدون هرگونه تحریفی فهم و اجرا گردد ضامن جامعه ای سالم و پویا همراه با آرامش و بدون هرگونه درد و رنج و سرخوردگی و اضطراب خواهد بود. دین بسته ای کامل برای سعادت بشر در ابعاد زیستی و بدنی، روانی، اجتماعی و معنوی است. دین در طول تاریخ چندهزار ساله خود در میان بشر اثبات کرده است به جهت مبانی عمیق فلسفی و عرفانی اش در نفوس و جان های مشتاقانش نفوذ یافته و دینمداران واقعی با نیرویی برآمده از درون و بدون نیاز به عوامل خارجی و بیرونی به بهترین شکل زندگی و رفتار خود را سامان داده اند و از بحران های معمول که برای افراد بشر رخ داده است با کمترین آسیب و درد بیرون آمده اند. این مقاله اثبات کرده است که دین تاثیر شگرفی در تحول فرهنگ سلامت بشر در ابعاد چهارگانه زیستی، اجتماعی، روانی و معنوی داشته است. و امروز نیز تنها راه برون رفت از مشکلات جوامع بشری توجه عمیق به آموزه های دینی است تا در پرتو آن شاهد جامعه ای سالم و پویا باشیم.

واژه های کلیدی: دین - سلامت جسمانی - سلامت روانی - سلامت اجتماعی - سلامت معنوی

درآمد:

تعریف دین :

^۱ . استادیار دانشگاه فردوسی مشهد



واژه دین در فرهنگ لغات، مترادف با کلماتی چون: حکم و قضا، رسم و عادت، شریعت و مذهب، همبستگی و غیر آن آمده است. (دهخدا، علی اکبر، ص ۵۷۲-۵۷۴)

در کاربردهای قرآنی نیز به معانی زیادی از جمله: جزا، حساب، قانون، شریعت، طاعت و بندگی، تسلیم و انقیاد، اسلام، روش و رویه، توحید و خداپرستی آمده است. (قرشی، علی اکبر، ج ۲، ص ۳۸۰-۳۸۱؛ طریحی، فخر الدین بن محمد، ص ۷۶-۷۷؛ راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ص ۱۷۵)

علامه طباطبایی در تعریف دین می نویسد: دین، مجموعه‌ای از برنامه‌های عملی هماهنگ با نوعی جهان بینی است که انسان برای رسیدن به سعادت خود، آن را وضع می‌کند و یا از دیگران می‌پذیرد. (علامه طباطبایی، شیعه در اسلام ص ۲-۳)

آیه الله جوادی آملی معتقد است دین عبارت است از مجموع عقاید، اخلاق، قوانین و مقرراتی که برای اداره امور جامعه انسانی و پرورش انسانها می‌باشد، گاهی همه این مجموعه حق و گاهی همه آن باطل و زمانی مخلوطی از حق و باطل است. (جوادی آملی، عبد الله، ص ۹۳)

در این دو تعریف، دین هم معنا با واژه مکتب است. این تعاریف را می‌توان تعریف عام دین دانست که همه مسلکها و مرامهای زندگی مبتنی بر نوعی جهان بینی را در بر می‌گیرد، اعم از این که مادی باشد یا غیر مادی، حق باشد یا باطل .

با توجه به تعاریف فوق می‌توان در تعریف جامع دین چنین گفت: دین مرکب است از مجموعه معارف نظری و عقیدتی، احکام و قوانین عملی و دستورات اخلاقی، در ابعاد گوناگون فردی و اجتماعی، سازگار با عقل و فطرت انسانی، که از سوی خداوند یکتا توسط پیامبران برای هدایت همه جانبه مادی و معنوی بشر فرستاده شد و در صورت پیاده شدن به طور کامل، سعادت و رستگاری دنیوی و اخروی انسان را تأمین می‌کند .

تعریف فرهنگ

«فرهنگ» واژه‌ای فارسی و مرکب از دو جزء «فر» و «نگ» است. «فر» به معنای شکوه و عظمت و اگر به عنوان پیشوند به کار رود به معنای جلو، بالا، پیش و بیرون است. «نگ» از ریشه اوستایی سنگ به معنای کشیدن، سنگینی و وقار است. واژه مرکب «فرهنگ» به معنای بیرون کشیدن، بالا کشیدن و برکشیدن است .

اصطلاح فرهنگ دارای معانی و مفاهیم متنوع است و در سیر تاریخی خود، معانی مختلفی را به خود گرفته است از جمله: ادب، تربیت، دانش، معرفت، مجموعه آداب و رسوم و آثار علمی و ادبی یک ملت، کتاب



لغت، نیکویی، پرورش بزرگی، فضیلت، شکوه‌مندی، هنر، حکمت، شاخ درختی که زیر زمین خوابانند و بر آن خاک ریزند، و نیز تعلیم و تربیت، آموزش و پرورش، مکتب و ایدئولوژی. (صاحبی، محمد جواد، ج ۱، ص ۶۰)

استاد محمد تقی جعفری در کتاب "فرهنگ پیرو، فرهنگ پیشرو" ۲۴ تعریف در زمینه واژه فرهنگ را از کتب لغت و دایرة المعارف مشهور گردآوری و نقد کرده اند (جعفری، محمد تقی، ص ۳۵)

در سال ۱۹۵۲ آلفرد کلوبر و کلاید کلاکسون در کتاب خود به نام «فرهنگ: مروری انتقادی بر مفاهیم و تعاریف» ۱۶۴ تعریف از فرهنگ را گردآوری کرده اند. (صاحبی، محمد جواد، ج ۲، ص ۱۵۳)

به باور بسیاری تعریف ادوارد تایلر (e.b.tylor) از بهترین تعاریف فرهنگ شناخته می شود او می گوید: فرهنگ، کلیت در هم بافته‌ای است شامل دانش، دین، هنر، قانون، اخلاقیات، آداب و رسوم و هرگونه توانایی و عادت‌هایی که آدمی همچون عضوی از جامعه به دست می‌آورد. (آشوری، داریوش، ص ۱۱۲)

نسبت میان دین و فرهنگ

با توجه به تعریف پذیرفته شده که در بالا به آن اشاره شد می توان گفت که نسبت میان فرهنگ و دین، نسبت کل و جزء است؛ فرهنگ کل است و دین جزء. دین امری الهی و فرهنگ مقوله ای بشری است.

اسلام بسیار به فرهنگ یاری می رساند و در برخی از عناصر فرهنگی، اصلاحات شدید و عمیق انجام می دهد و شماری دیگر را پالایش و پیرایش می کند و در برخی زمینه ها فرهنگ سازی می کند و به مخاطبان خود عناصری جدید از فرهنگ عرضه می دارد.

نمونه اول: تاثیر دین بر فرهنگ عرب جاهلی در زنده به گور کردن دختران

فرهنگ جاهلی عرب، عزت و افتخار را در داشتن فرزندان پسر می دانست و نگاه‌داری دختران را مایه ننگ و به همین دلیل آنها را می کشتند. قرآن کریم در این باره می فرماید: «وَ إِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِالْأُنْثَىٰ ظَلَّ وَجْهَهُ مُسْوَدًّا وَ هُوَ كَظِيمٍ. يَتَوَارَىٰ مِنَ الْقَوْمِ مِنْ سُوءِ مَا بُشِّرَ بِهِ أَلَيْسَ لَهُ بِأَنْثَىٰ عَلٰى هٰؤُلَاءِ أَلَمْ يَدُسُّهُ فِي التُّرَابِ أَلَا سَاءَ مَا يَحْكُمُونَ»؛ (نحل: ۵۸ و ۵۹) و چون یکی از آنان را به (تولد) دختر بشارت دهند (از فرط غیظ و غضب) صورتش سیاه گردد، در حالی که خشم گلویش را می فشارد. از بدی بشارتی که به او داده شده از میان قبيله خود متواری شود (و نمی داند) آیا او را با سرافکنندگی نگاه دارد یا (زنده) در زیر خاکش نهان سازد. هان، بد قضاوتی می کنند.



مورخان می‌گویند: شروع این عمل زشت در جاهلیت از آنجا بود که جنگی میان دو گروه در آن زمان اتفاق افتاد، گروه فاتح، دختران و زنان گروه مغلوب را اسیر کردند، پس از مدتی که صلح برقرار شد، خواستند اسیران جنگی را به قبیله خود بازگردانند، ولی بعضی از آن دختران اسیر با مردانی از گروه غالب ازدواج کرده بودند، آنها ترجیح دادند که در میان دشمن بمانند و هرگز به قبیله خود باز نگردند، این امر، بر پدران آن دخترها سخت گران آمد و مایه شماتت و سرزنش آنها گردید، تا آنجا که بعضی سوگند یاد کردند که هر گاه در آینده دختری نصیبشان شود او را با دست خود نابود کنند تا بدست دشمن نیفتند!

وحشتناکترین جنایات زیر پوشش دروغین دفاع از ناموس و حفظ شرافت و حیثیت خانواده انجام می‌گرفت، و عاقبت این بدعت زشت و ننگین مورد استقبال گروهی واقع شد، و مساله " وئاد " (زنده بگور کردن دختران) یکی از رسوم جاهلیت شد و همانست که قرآن شدیداً آن را محکوم ساخته و می‌گوید: «وَإِذَا الْمَوْؤُودَةُ سُئِلَتْ بِأَيِّ ذَنْبٍ قُتِلَتْ» (در قیامت در باره دختران زنده بگور شده سؤال می‌شود که به چه گناهی آنها کشته شدند؟) (تکویر: ۹)

این احتمال نیز وجود دارد که تولید کننده بودن پسران، و مصرف کننده بودن دختران، در آن جوامع، نیز به این جنایت کمک کرده باشد، زیرا پسر برای آنها، سرمایه بزرگی محسوب می‌شد که در غارتگریها و نگهداری شتران و مانند آن از وجودش استفاده می‌کردند، در حالی که دختران چنین نبودند.

از سوی دیگر وجود جنگها و نزاعهای دائمی قبیله‌گی میان آنها سبب فقدان سریع مردان و پسران جنگجو می‌شد و طبعاً تناسب و تعادل میان تعداد دختران و پسران به هم می‌خورد، و تا آنجا وجود پسران عزیز شده بود که تولد یک پسر، مایه مباهات بود و تولد یک دختر، مایه ناراحتی و رنج یک خانواده!

این امر تا آنجا رسید که به گفته بعضی از مفسران، به محض اینکه حالت وضع حمل به زن دست می‌داد شوهر، از خانه متواری می‌گشت، مبدا دختری برای او بی‌آورد و او در خانه باشد! سپس اگر به او خبر می‌دادند، مولود پسر است، با خوشحالی و هیجان وصف‌ناپذیری به خانه باز می‌گشت، اما وای اگر به او خبر می‌دادند که نوزاد دختر است آتش خشم و اندوه جان او را در بر می‌گرفت. (مکارم شیرازی، ناصر، ج ۱۱، ص ۲۷۲)

ولی اسلام ظهور کرد و با این خرافه در ابعاد مختلفش سرسختانه جنگید، مخصوصاً تولد دختر را که ننگ می‌دانستند در احادیث اسلامی به عنوان گشوده شدن ناودانی از رحمت خدا به خانواده معرفی کرد.

و خود پیامبر ص آن قدر به دخترش بانوی اسلام فاطمه زهرا ع احترام می‌گذاشت که مردم تعجب می‌کردند، با تمام مقامی که داشت، دست دخترش را می‌بوسید، و به هنگام مراجعت از سفر نخستین کسی



را که دیدار می‌کرد، دخترش فاطمه بود، و به عکس هنگامی که می‌خواست به سفر برود آخرین خانه‌ای را که خدا حافظی می‌کرد، باز خانه فاطمه ع بود.

در حدیثی می‌خوانیم که به پیامبر ص خبر دادند خدا به او دختری داده است، ناگهان نگاه به صورت یارانش کرد دید آثار ناخشنودی در آنها نمایان گشت! (گویی هنوز رسوبات افکار جاهلی از مغز آنها بر چیده نشده) پیامبر ص فوراً فرمود: ما لکم؟ ریحانۃ اشمها، و رزقها علی اللّٰه عز و جل! (این چه حالتی است در شما می‌بینم؟! خداوند گلی به من داده آن را می‌بویم، و اگر غم روزی او را می‌خورید، روزیش با خدا است.) (صدوق، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۸۱)

در حدیث دیگری از پیامبر ص می‌خوانیم که فرمود: نعم الولد البنات، ملطفات، مجهزات، مونسات مفلیات (چه فرزند خوبی است دختر! هم پر محبت است، هم کمک کار، هم مونس است و هم پاک و پاک کننده.) (کلینی، محمد بن یعقوب، ج ۶، ص ۵)

در حدیث دیگری از پیامبر ص می‌خوانیم: من دخل السوق فاشتری تحفه فحملها الی عیاله کان کحامل الصدقه الی قوم محاویح و لیبدء بالاناث قبل الذکور، فانه من فرح ابنته فکانما اعتق رقبة من ولد اسماعیل (کسی که بازار می‌رود و تحفه‌ای برای خانواده خود می‌خرد همچون کسی است که می‌خواهد به نیازمندی کمک کند (همان پاداش را دارد) و هنگامی که می‌خواهد تحفه را تقسیم کند نخست باید به دختر و بعد به پسران بدهد، چرا که هر کس دخترش را شاد و مسرور کند چنان است که گویی کسی از فرزندان اسماعیل ع را آزاد کرده باشد. (صدوق، محمد بن علی، الأمالی، ص ۵۷۷) در حقیقت این احترام به شخصیت زن سبب آزادی او در جامعه و پایان دادن به دوران بردگی زنان است.

نمونه دوم: تاثیر دین بر فرهنگ عرب جاهلی در استفاده از قمار و شراب

در میان وسائل فساد اخلاق، قرآن به دو موضوع مهم اشاره می‌کند و آن قمار و شراب است که در میان عرب جاهلی رواج کامل داشت، «قمار» را «میسر» می‌نامیدند که از «یسر» به معنی آسان گرفته شده است و علت نامگذاری قمار به میسر این است که قمار بازان حرفه‌ای، از این طریق به آسانی مال مردم را به جیب می‌زدند.

علاقه ی آنان به «شراب» به حدی بود که برخی به خاطر نهی اسلام از آن، از گرویدن به اسلام خودداری می‌کردند و شاعر معروف عرب جاهلی (اعشی (به خاطر همین اصل از پذیرفتن اسلام سر باز زد در حالی که رنج سفر بر خود هموار کرده بود و قصد ملاقات با پیامبر را داشت و هدفش گرایش آیین یکتا پرستی بود.



قرآن در این زمینه می فرماید: «يَسْتَأْذِنُكَ عَنِ الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ قُلْ فِيهِمَا إِثْمٌ كَبِيرٌ وَمَنْفَعٌ لِلنَّاسِ وَإِثْمُهُمَا أَكْبَرُ مِنْ نَفْعِهِمَا» (بقره: ۲۱۹) از تو درباره ی شراب و قمار می پرسند، بگو گناه آن بزرگ و برای مردم در آن سود مادی هست ولی گناه آن بیش از سود آن می باشد

اسلام برای ایجاد نفرت ذهنی و اجتماعی به الکل و مشروبات، نخست به یک رشته مبارزات منفی روی آورده است تا باده خواران، خود را در جامعه حقیر و بی مقدار ببینند و از آن پرهیز کنند. بر این اساس پیامبر (ص) به آحاد مسلمانان حسب روایات متعدد توصیه فرمودند که اگر شراب خوار مریض شد، به عیادتش نروید؛ شهادت و گواهی شراب خوار، قبول نمی شود؛ اگر به خواستگاری آمد، دست رد به سینه او بزنید؛ گفتارش را تصدیق نکنید؛ شفاعت او پذیرفته نیست؛ از وی دختر نگیرید و با او معاشرت نکنید؛ در مجلس شراب ننشینید، زیرا وقتی لعنت خدا نازل شد همه را فرا می گیرد (شیخ حر عاملی، محمد بن حسن، ج ۱۷، ص ۲۴۸-۲۴۹)

تعریف سلامت و بهداشت:

برای سلامت تعاریف متعددی ذکر شده است که تعریف سازمان بهداشت جهانی World Health Organization (WHO) مورد قبول مجامع عمومی می باشد. این تعریف عبارت است از برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو. با توجه به تاکیدهای سازمان بهداشت جهانی بر سلامت معنوی می توان بعد چهارم سلامت را سلامت معنوی دانست.

در آموزه های دینی همواره از صحت (سلامتی) و امنیت بعنوان دو نعمت بزرگ یاد می شود که مردم هیچگاه قدر و ارزش آنها را در نظر ندارند و تنها زمانی به این دو نعمت اندیشه می کنند که آنها را از دست داده باشند و به عبارت دیگر نعمت سلامتی و نعمت امنیت دو نعمتی است که چون آنها را از دست بدهیم تازه به اهمیت و ارزش آنها پی می بریم. پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم می فرماید: دو نعمت همواره پاس داشته نمی شوند: امنیت و سلامتی (صدوق، محمد بن علی، الخصال، ج ۱ ص ۳۴) حضرت امیر علیه السلام می فرمایند: الصَّحَّةُ أَفْضَلُ النِّعَمِ؛ صحت و سلامتی از هر نعمت دیگری بهتر و ارزشمندتر است. (تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، ص ۵۶)

در تعریف بهداشت آمده است که علم پیشگیری از بیماری ها. به عبارت دیگر بهداشت اقدامات و تمهیداتی است که پیش از ابتلای به بیماری و اصولاً برای احتراز از آن صورت می گیرد و درمان پس از ابتلا و به منظور بازیابی سلامت از دست رفته. با توجه به ابعاد چهارگانه سلامت می توان بهداشت را نیز در ۴ بعد جسمانی روانی اجتماعی و معنوی مطرح کرد.



در اسلام نیز تأکید به پیشگیری شده است و نه درمان. اسلام سعی دارد تا برای انسانها راههایی که سلامت را حفظ می کند قرار دهد و نه راههای درمان، گرچه در اسلام طبی نیز وجود دارد که برای سلامتی بشر به انسان ها تعلیم داده شده است.

پیامبر(ص) می فرماید: یا علیُّ بادرِ بَارِعِ قَبْلَ أَرْبَعٍ : شَبَابِكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَ صِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَ غِنَاكَ قَبْلَ فَقْرِكَ، وَ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ؛ ای علی! چهار چیز را پیش از چهار چیز دریاب: جوانی ات را پیش از پیری؛ و سلامتی ات را پیش از بیماری؛ و ثروت را پیش از فقر و زندگی ات را پیش از مرگ. (طبرسی، حسن بن فضل، ص ۴۳۵)

در زمینه پیشگیری از بیماری و ارتقاء بهداشت مهمترین عامل همچنانکه در تعریف سازمان بهداشت جهانی آمده است عنصر علم و آگاهی است. البته صرفاً علم و دانش منجر به سلامتی نمی گردد بلکه باید این علم موجب خودکنترلی و جنبه بازدارنده در فرد گردد.

در آموز های دینی از چنین علم بازدارنده ای به «صبر» تعبیر می شود. صبر از مفاهیم کلیدی در شبکه مفاهیم دینی است که نقش حیاتی در زندگی انسان مومن دارد. امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: «شکیبایی داشته باشید؛ زیرا صبر برای ایمان همانند سر است برای بدن. بدنی که سر ندارد و نیز ایمانی که با شکیبایی همراه نیست، ارزشی ندارد.» (صدوق، محمد بن علی، الخصال، ج ۱، ص ۳۱۵)

صبر مکانیسم توصیه شده ی دینی در کنترل تمایلات غیر موجه و آسیب زاست. صبر مهارتی معرفتی و کاملاً درونی در جهت کنترل غرایز بدون مداخله در واقعیت بیرونی است. صبر در آموزه های دینی حرکتی انفعالی نیست بلکه رفتاری پویا است که میزان و شدت آن ارتباط تنگاتنگی با میزان معرفت و شناخت دارد.

در داستان حضرت خضر و موسی آنگاه که حضرت موسی در کمال ادب تقاضای شاگردی می کند حضرت خضر در پاسخ ایشان می فرماید: و کیف تصبر علی ما لم تحط به خبرا. و چگونه می توانی بر چیزی که آگاهی نداری صبر کنی. این کلام نشان دهنده ارتباط آگاهی با صبر است. صبر با تحمل متفاوت است صبر همراه و توأم با آرامش است بر خلاف تحمل که با نگرانی و اضطراب و ناآرامی همراه است.

صبر ایجاد حالتی درون فرد است که بدون کنترل یک عامل خارجی، او را به انجام وظایفش متمایل سازد. هرگاه عامل کنترل کننده از خارج به داخل انسان منتقل گردد، به طوریکه شخص با اختیار و آگاهی به ارزیابی و اصلاح عملکرد خود در جهت اهداف مطلوب بپردازد، خودکنترلی تحقق یافته است.

چنانکه گذشت مهمترین عامل برای بهداشت و پیشگیری از بیماری در ابعاد چهارگانه سلامت علم و دانش است دین به عنوان مقوله ای که با اعطای دانش و بینش برآمده از وحی سبب التزام و تغییر سبک



رفتار در فرد می شود نقش مهمی در اهتمام ویژه انسان به حوزه سلامت دارد بی تردید بین دین و ابعاد سلامتی (روانی، اجتماعی، جسمی و معنوی) رابطه مثبت معناداری وجود دارد. خداوند علاوه بر خلقت و آفرینش انسان نقش مربی و پرورش دهنده را برای انسان دارد در سوره طه وقتی فرعون از حضرت موسی سوال می کند که رب شما کیست حضرت موسی می فرماید: «قَالَ فَمَنْ رَبُّكُمَا يَا مُوسَى. قَالَ رَبُّنَا الَّذِي أَعْطَى كُلَّ شَيْءٍ خَلْقَهُ ثُمَّ هَدَى» (طه: ۴۹-۵۰) خدای من کسی است که هر شیء را خلق کرده و سپس آن را هدایت کرده است.

هدایت به معنای فراهم آوری مسیر کمال و رشد یک موجود است تا بتواند بدون آفت و بیماری به کمال مطلوبش نائل آید. از همین رو و به جهت هدایتگری مطلوب دستورات و آداب دینی بر پایه فطرت انسان بنا شده است و سازگاری دین با فطرت به عنوان ویژگی مهم در اقبال و توجه مردم به دین عنوان شده است: «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَ لَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ» (روم: ۳۰)

پس بنابراین روی خود را متوجه آئین خالص پروردگار کن این فطرتی است که خداوند انسانها را بر آن آفریده دگرگونی در آفرینش خدا نیست این است دین و آئین محکم و استوار ولی اکثر مردم نمی دانند.

دین و سلامت جسمانی:

در حوزه بهداشت و سلامت جسمانی آموزه های متعدد دینی وجود دارد که التزام و تعهد فرد در این حوزه را به مساله ایمن و باور به خدا پیوند می دهد: «تَنْظَفُوا بِكُلِّ مَا اسْتَطَعْتُمْ فَإِنَّ اللَّهَ تَعَالَى بَنَى الْإِسْلَامَ عَلَى النَّظَافَةِ وَ لَنْ يَدْخُلَ الْجَنَّةَ إِلَّا كُلٌّ نَظِيفٌ» هر چه می توانید پاکیزه باشید زیرا خداوند اسلام را بر پاکیزگی نهاده و جز مردم پاکیزه کسی بهشت نمی رود. (پاینده، ابوالقاسم، ص ۳۹۱)

همچنین پیامبر (ص) می فرمود: «تَنْظَفُوا بِالْمَاءِ مِنَ الْمُنْتَنِ الرِّيحِ الَّذِي يُتَأَذَى بِهِ تَعَهَّدُوا أَنْفُسَكُمْ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ يُبْغِضُ مِنْ عِبَادِهِ الْقَادُورَةَ الَّذِي يَتَأَنَّفُ بِهِ» به وسیله آب نظافت کنید تا از بوی بد که موجب آزار و اذیت است دور شوید مراقب و متوجه به خود باشید زیرا خداوند دشمن می دارد بنده ای را که کثیف است و مردم از او متنفرند. (مجلسی، محمد باقر، ج ۱۰، ص ۹۹)

مرحوم صدوق در روایتی به نقل از محمد بن عذافر می گوید: پدرم نقل کرد که به امام باقر علیه السلام عرض کردم چرا خداوند شراب و میته، و خون، و گوشت خوک را حرام فرموده است؟ فرمود: خداوند متعال به جهت رغبت خود یا بی رغبتی خود به این امور آنها را حلال و یا حرام نفرموده است بلکه او عز و جلّ خود مردم را آفریده و می داند چه چیز بدن آنها را مقاوم می کند و صلاح حال ایشانست پس آنها را بر ایشان حلال کرده و استفاده بردن از آن را مباح و جایز شمرده است، و نیز دانسته است چه چیز برای آنها



مضر است و زیان می‌رساند پس آنان را از خوردن یا ارتکاب آن نهی فرموده است. (صدوق، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۴۵)

شهید مطهری در کتاب تعلیم و تربیت در اسلام پرسشی را طرح می‌کند که آیا اسلام طرفدار پرورش جسم است یا تضعیف آن؟ به عبارت دیگر از نظر اسلام انسان باید سالم باشد، و حداکثر رشد را داشته باشد، بیماریها، آفتها و آسیبها به آن وارد نشود؟ یا اسلام می‌گوید جسم مثل خانه‌ای است که به حال خودش گذاشته شود بهتر است؟ ایشان در پاسخ می‌نویسد:

جای شک و تردید نیست که تعلیمات اسلام براساس حفظ و رشد و سلامت جسم است. علت حرمت بسیاری از امور، مضر بودن آنها به حال بدن است. یکی از مسلمات فقه این است که بسیاری از امور به این دلیل تحریم شده‌اند که برای جسم انسان ضرر دارند، و یک اصل کلی برای فقها مطرح است که هر چیزی که محرز بشود که برای جسم انسان مضر است - ولو هیچ دلیلی از قرآن و سنت نداشته باشد - قطعاً حرام است... این اصل کلی در اسلام هست که هر چیزی که برای جسم انسان زیان داشته باشد حرام است. و برعکس، در سنت زیاد می‌بینیم که خوردن فلان میوه یا فلان سبزی مثلاً مستحب است چون دندانها را محکم می‌کند، دیگری فلان بیماری را از بدن بیرون می‌برد. و این موارد در سنت زیاد است که ملاک یک حرام یا یک مستحب و یا یک مکروه، زیان رساندن یا مفید بودن و یا مفید نبودن است. فلان چیز چون برای معده خوب است مستحب است. بنابراین پرورش جسم در حدود پرورش علمی، بهداشت، سلامت و تقویت جسم که جسم نیرو بگیرد، یک کمال است. (مطهری، مرتضی، ج ۲۲، ص ۵۸۹)

دین و سلامت اجتماعی

سلامت اجتماعی تصویری است که افراد درباره خودشان تمایلات جنسی شان تعاملات اجتماعی شان نقش اجتماعی شان و مثبت بودن در اجتماع دارند. در آموزه های دینی این امور در گونه های مختلفی بیان شده است مثلاً در زمینه تعاملات اجتماعی و نقش اجتماعی افراد حضرت امیر ع می فرماید:

گروهی، منکر را با دست و زبان و قلب انکار می‌کنند، آنان تمامی خصلت‌های نیکو را در خود گرد آورده‌اند. گروهی دیگر، منکر را با زبان و قلب انکار کرده، اما دست به کاری نمی‌برند، پس چنین کسی دو خصلت از خصلت‌های نیکو را گرفته و دیگری را تباه کرده است. و بعضی منکر را تنها با قلب انکار کرده، و با دست و زبان خویش اقدامی ندارند، پس دو خصلت را که شریف‌تر است تباه ساخته‌اند و یک خصلت را به دست آورده‌اند. و بعضی دیگر منکر را با زبان و قل و دست رها ساخته‌اند که چنین کسی از آنان، مرده‌ای میان زندگان است. (نهج البلاغه، حکمت ۳۷۴)



در این کلام حضرت عدم واکنش به منکرات اجتماعی به ویژگی های انسانی مرتبط می سازند و کسانی را که هیچ واکنشی به پلشتی های اجتماعی نمی دهند مرده می پندارند. چنانکه سعدی می گوید:

تو کز محنت دیگران بی غمی / نشاید که نامت نهند آدمی

در زمینه نیاز دیگر انسان به ارتباطات اجتماعی موضوع ازدواج به گونه ای بسیار زیبایی طرح شده است: « وَ مِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ » (روم: ۲۱) و از نشانه های او اینکه از [نوع] خودتان همسرانی برای شما آفرید تا بدانها آرام گیرید، و میانتان دوستی و رحمت نهاد. آری، در این [نعمت] برای مردمی که می اندیشند قطعاً نشانه هایی است.

در این آیه مساله ازدواج به آفرینش انسان ارتباط یافته (خلق لکم) مساله زوجیت در انسان یک فرهنگ و رسم اجتماعی نیست بلکه برآمده از آفرینش و خلقت انسان است که باید در قالب ازدواج به آن پاسخ گفت لذا پیامبر (ص) می فرمود: ازدواج سنت من است هر که از سنت من روی برگداند از من نیست. (مجلسی، محمد باقر، ج ۱۰۰، ص ۲۲۰)

همچنین در زمینه تعامل با آشنایان و اقوام دستور صله رحم را صادر فرمود که خود در سلامت افراد نقش موثری دارد چنانکه در روایات به مساله طول عمر افراد اشاره شده است از جمله امام صادق (ع) می فرمایند:

ما، غیر از صله رحم، چیزی نمی شناسیم که بر عمر بیفزاید، تا آن جا که گاهی عمر کسی سه سال است، و وقتی که اهل صله رحم می شود، خداوند هم سی سال بر عمرش می افزاید و آن را سی و سه سال می کند و گاهی عمر کسی سی و سه سال است و قطع رحم می کند و خداوند هم سی سال از عمر او می کاهد و عمرش را به سه سال، کاهش می دهد. (کلینی، محمد بن یعقوب، ج ۲ ص ۱۵۲)

طول عمر ناشی از سلامتی است اما نه صرفاً سلامتی جسمانی بلکه سلامت اجتماعی و فقدان بیماری و خلأ در این زمینه بسیار پراهمیت است.

دین و سلامت روانی:

سلامت روانی به نگرش افراد درباره رفاه و بهزیستی روانی خود و قابلیت توافق و سازگاری با دیگران احساس سودمندی مفید بودن شایستگی و سرزندگی اطلاق می شود. در این زمینه در گزاره های دینی توصیه های همچون عفو و گذشت مطرح می شود. یکی از آسیب های روانی جدی برای افراد بشر چگونگی مقابله با تزییع حقوق و ظلم به آنان است اکثر افراد انتقام را به عنوان اولین و تنها مسیر تصور می کنند که فشارهای جدی را بر روان افراد وارد می سازد چه بتوان انتقام گرفت و چه نتوان گرفت و سرخورده شد. دین در موارد خاص و ویژه و در حیطه تزییع حقوق شخصی توصیه به عفو و گذشت می کند. قرآن می



فرماید: «وَلْيَعْفُوا وَ لْيَصْفَحُوا أَلَّا تُجِبُّونَ أَنْ يَغْفِرَ اللَّهُ لَكُمْ وَ اللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (نور: ۲۲) و باید عفو کنند و گذشت نمایند. مگر دوست ندارید که خدا بر شما ببخشد؟ و خدا آمرزنده مهربان است.

«إِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَامَةِ نَادَى مُنَادٌ: مَنْ كَانَ أَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ، فَلْيَدْخُلِ الْجَنَّةَ، فَيُقَالُ: مَنْ ذَا الَّذِي أَجْرُهُ عَلَى اللَّهِ؟ فَيُقَالُ: أَلْعَافُونَ عَنِ النَّاسِ فَيَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ بِغَيْرِ حِسَابٍ» هنگامی که روز قیامت می شود ندا دهنده ای صدا می زند هرکس اجر او بر خداست وارد بهشت شود، گفته می شود چه کسی اجرش بر خداست؟ در پاسخ می گویند: کسانی که مردم را عفو کردند، و آنها بدون حساب داخل بهشت می شوند. (مجلسی، محمد باقر، ج ۶۴، ص ۲۶۶)

در کلامی دیگر از رسول اکرم عفو و گذشت سبب عزت و مقبولیت اجتماعی دانسته شده است: «عَلَيْكُمْ بِالْعَفْوِ فَإِنَّ الْعَفْوَ لَا يَزِيدُ الْعَبْدَ إِلَّا عِزًّا فَتَعَا فَوْأَ يُعِزُّكُمْ اللَّهُ» عفو و بخشش را شیوه خود قرار دهید، زیرا گذشت جز به عزت انسان نمی افزاید، پس نسبت به یکدیگر گذشت داشته باشید تا خدا شما را عزیز کند. (کلینی، محمد بن یعقوب، ج ۲، ص ۱۰۸)

امام صادق (ع) از عفو به عنوان یک روش ثابت تعامل با مردم از سوی خاندان اهل بیت علیهم السلام یاد می کنند: «مُرُّوْنَا أَهْلَ الْبَيْتِ الْعَفْوُ عَمَّنْ ظَلَمْنَا وَ إِعْطَاءٌ مَن حَرَمْنَا» روش مردمی ما خاندان عبارت است از عفو و گذشت نسبت به کسانی که بر ما ستم کرده اند و بخشش به کسانی که از ما دریغ داشته اند. (ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، ص ۳۸)

از دیگر آموزه های موثر در حیطة سلامت روانی نهی از مقایسه صعودی است بدین معنا که افراد باید در روابط اجتماعی خود از مقایسه خود با دیگران که از نظر مادی و مالی بر آنها برتری دارند خودداری کرده و پیوسته به سطوح پایینتر از خود نظر کنند که این امر سبب آرامش و رضایت آنان خواهد گردید. در قرآن در دو مورد به پیامبر از خیره شده به اموال دیگران نهی می کند:

«لَا تَمُدَّنَّ عَيْنَيْكَ إِلَىٰ مَا مَتَّعْنَا بِهِ أَزْوَاجًا مِنْهُمْ» (حجر: ۸۸؛ طه: ۱۳۱) و به آنچه ما دسته‌هایی از آنان را بدان برخوردار ساخته‌ایم چشم مدوز.

در سوره قصص نمونه ای از مقایسه صعودی در قالب داستان قارون آمده است. قارون از ثروت فراوانی برخوردار بود که تنها کلید گنج‌های او را چند انسان نیرومند می توانستند حمل نمایند. از این رو این مسأله موجب شده بود که عده‌ای افراد سطحی نگر زندگی مادی و دنیایی او را برای خود آرزو کنند. «فَخَرَجَ عَلَى قَوْمِهِ فِي زِينَتِهِ قَالَ الَّذِينَ يُرِيدُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا يَا لَيْتَ لَنَا مِثْلَ مَا أُوتِيَ قَارُونُ إِنَّهُ لَذُو حَظٍّ عَظِيمٍ» پس [قارون] با کوبه خود بر قومش نمایان شد؛ کسانی که خواستار زندگی دنیا بودند گفتند: «ای کاش مثل آنچه به قارون داده شده به ما [هم] داده می‌شد؛ واقعاً او بهره بزرگی [از ثروت] دارد.»



اما پس از آنکه خداوند قارون را با خانه اش به زمین فروبرد کسانی که حسرت ثروت او را خورده بودند پشیمان شدند و گفتند: «وَ أَصْبَحَ الَّذِينَ تَمَنَّوْا مَكَانَهُ بِالْأَمْسِ يَقُولُونَ وَيَكَانَ اللَّهُ يَسْطُرُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَ يَقْدِرُ لَوْ لَا أَنْ مَنْ اللَّهُ عَلَيْنَا لَخَسَفَ بِنَا وَيَكَانَهُ لَا يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ» و همان کسانی که دیروز آرزو داشتند به جای او باشند، صبح می‌گفتند: «وای، مثل اینکه خدا روزی را برای هر کس از بندگان که بخواهد گشاده یا تنگ می‌گرداند، و اگر خدا بر ما منت نهاده بود، ما را [هم] به زمین فرو برده بود؛ وای، گویی که کافران رستگار نمی‌گردند.»

از جمله پیامدهای که این موضوع می‌تواند به دنبال داشته باشد تشدید افسردگی است. هر گاه اندوه به مال و منال دنیوی طولانی شود روح آرامش وزیبا بینی را از زندگی خواهد گرفت و چیزی جز بدبینی و نگرانی را بر زندگی حکم فرما نخواهد نمود

در روایتی از رسول خدا (ص) چنین نقل شده است: «وَمَنْ أَتَّبَعَ بَصْرَهُ مَا فِي أَيْدِي النَّاسِ كَثَرَ هَمُّهُ وَ لَمْ يُشْفَعْ عَيْظُهُ» هر کس به آنچه در دست دیگران است، چشم بدوزد، اندوه او طولانی گردد و خشم او آرام نگردد. (کلینی، محمد بن یعقوب، ج ۲، ص ۳۱۵)

دین و سلامت معنوی:

به رغم پژوهش‌های بسیاری که در مورد سلامت معنوی در طول دهه‌های گذشته انجام شده اند، فقدان ارایه یک تعریف کاری یا تئوریک قابل قبول از سلامت معنوی، کماکان مشاهده می‌گردد، به گونه‌ای که مشکل شناسایی، تعریف و اندازه‌گیری ابعاد سلامت معنوی، همچنان مشکلی فرا رو می‌باشد.

مقصود ما از سلامت معنوی کیفیت درک و نگرش نسبت به جهان هستی و نیروهای قدسی حاکم بر آن است. به عبارت دیگر ناظر به تاثیر اعتقادات معنوی در سلامت افراد و روند بهبود بیماریهای آنان است (عباسی، محمود، ص ۳۰)

در زمینه نیاز معنوی انسان، قرآن به صراحت نیاز به خدا را مطرح می‌کند و می‌گوید شما نسبت به خدا فقیر هستید: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ» (فاطر: ۱۵) ای مردم، شما به خدا نیازمندید، و خداست که بی‌نیاز ستوده است.

در آیه‌ای دیگر یاد خدا موجب آرامش انسان معرفی می‌کند: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (رعد: ۲۸) آگاه باش که با یاد خدا دلها آرامش می‌یابد. و در سوره طه می‌فرماید: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا» (طه: ۱۲۴) و هر کس از یاد من دل بگرداند، در حقیقت، زندگی [سختی] خواهد داشت.



به جهت همین نیاز شدید معنوی بود که خداوند نماز را به عنوان واجب و فریضه برای انسان مومن طرح کرد تا در وعده های پنجگانه روزانه آن را اقامه کند. حضرت امیر در توصیفی زیبا از این واجب الهی می فرماید: همانا نماز، گناهان را چونان برگ‌های پاییزی فرو می‌ریزد، و غل و زنجیر گناهان را از گردن‌ها می‌گشاید، پیامبر اسلام (ص) نماز را به چشمه آب گرمی که بر در سرای مردی جریان داشته باشد، تشبیه کرد، اگر روزی پنج بار خود را در آن شستشو دهد، هرگز چرک و آلودگی در بدن او نماند. (نهج البلاغه، خطبه ۱۹۹)

یکی از مهم ترین آموزه های تربیتی مکتب حیات بخش اسلام دعا و نیایش است. دعا همان خواست قلبی است که با زبان درخواست می شود و در واقع رفتاری است که طی آن فرد مستقیماً با خداوند ارتباط برقرار کرده و به راز و نیاز می پردازد. دعا وسیله تقرّب انسان به خداست. خداوند در قرآن کریم می فرماید: «وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ» (غافر: ۶۰) و پروردگارتان فرمود: «مرا بخوانید تا شما را اجابت کنم

هیچ انسانی نیست که گرفتاری و مشکلات در زندگی نداشته باشد. بلاهای روحی همه انسان ها را تهدید می کند و ارتباط با خدا دردها را زایل می کند و باعث آرامش زندگی می شود.

مرحوم کلینی در کتابش بابی را به این عنوان نام گذاری کرده است که : دعا شفاء برای هر دردی است. در ذیل این باب این روایت از امام صادق(ع) را آورده است که : بر تو با دعا کردن چرا که دعا از هر دردی شفاست. (کافی، ج ۲ ، ص ۴۷۰) انسان در دعا با خدای خود مناجات می کند و از مشکلاتی که زندگی اش را نگران کرده به او پناه می برد. نیایش احساس مذهبی افراد را تقویت نموده و رابطه بین انسان با خدای خویش را مستحکم می سازد. انسان وقتی از دارنده تمام کمالات چیزی را طلب می کند و با او ارتباط برقرار می نماید، احساس لذت و سرور می کند و به عکس وقتی از غیر خدا چیزی درخواست می کند، احساس ذلت و خواری می کند. این احساس عزّت و لذّت بر سلامت روان تأثیر می گذارد. راز و نیاز از جمله راه های معنوی - عاطفی یاری جستن از قدرت بی نهایت خداوند است، زیرا در انسان این گرایش وجود دارد که در سختی و فشار به قدرت و تکیه گاهی رو می آورد و چه قدرت و تکیه گاهی اصیل تر و قابل اعتمادتر از قدرت لایزال الهی که پناهگاه انسان واقع شود؟!

نتیجه:

دین در معنای جامع و کامل خود جزئی از فرهنگ بشری است که می تواند تاثیرات و تغییرات شگرف و اساسی در آن ایجاد کند. دین در معنای جامع خود در صدد آن است تا سلامت و صحت را برای بشر به ارمغان آورد . دین بسته ی کاملی است که تمامی امور مرتبط با سلامت بشر را در خود جای داده است. دین اسلام به عنوان جامع ترین و کامل ترین ادیان همچنانکه است توصیه هایی در قالب احکام فقهی



برای سلامت جسمانی و بدنی بشر دارد آموزه هایی برای سلامت اجتماعی او همچون امر به معروف و نهی از منکر و صلح رحم و ... دارد همچنین با امور اخلاقی چون عفو و گذشت و دوری از چشم و هم چشمی در صدد است تا سلامت روانی را به بشر هدیه کند و از سوی دیگر با بیان حقایق متفاوتی نیازهای معنوی بشر را بیان کرده است تا در قالب نماز و دعا به آن پاسخ گوید.

منابع:

قرآن کریم

نهج البلاغه

ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تحف العقول، جامعه مدرسین، قم، ۱۴۰۴ ش.

آشوری، داریوش، تعریف ها و مفهوم فرهنگ، نشر آگاه.

پاینده، ابو القاسم، نهج الفصاحه، دنیای دانش، تهران، ۱۳۸۲ ش.

تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، دار الکتب الاسلامی، قم، ۱۴۱۰ ق.

جوادی آملی، عبد الله، شریعت در آیینه معرفت، نشر اسراء، ۱۳۸۷ ش.

دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا.

راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات ألفاظ القرآن، دار الشامیة، لبنان، ۱۴۱۲ ق.

شیخ حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعة، موسسه آل البيت علیهم السلام، قم، ۱۴۰۹ ق.

صاحبی، محمد جواد، مناسبات دین و فرهنگ در جامعه ایران، سازمان چاپ و انتشارات، ۱۳۸۴ ش.

صدوق، محمد بن علی ابن بابویه، الأمالی، کتابچی، تهران، ۱۳۷۶ ش.

----- الخصال، جامعه مدرسین، قم، ۱۳۶۲ ش.

----- من لا یحضره الفقیه، دفتر انتشارات اسلامی، قم، ۱۴۱۳ ق.

طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الأخلاق، شریف رضی، قم، ۱۳۷۰ ش.

طریحی، فخر الدین بن محمد، مجمع البحرين، نشر مرتضوی، تهران ۱۳۷۵ ش.

نخستین همایش ملی علوم اسلامی، حقوق و مدیریت

قم - دانشگاه علمی کاربردی استانداری قم - اردیبهشت ماه ۱۳۹۵



عباسی، محمود، تعریف مفهومی و عملیاتی سازی سلامت معنوی، نشریه اخلاق پزشکی، تابستان

۱۳۹۱، ش ۲۰.

علامه جعفری، محمد تقی، فرهنگ پیرو فرهنگ پیشرو، انتشارات موسسه تدوین و نشر آثار علامه

جعفری

علامه طباطبایی، سید محمد حسین، شیعه در اسلام، انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، قم، ۱۳۸۸ ش.

قرشی، علی اکبر، قاموس قرآن، دار الکتب الإسلامیة، تهران، ۱۳۷۱ ش.

کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، دار الکتب الاسلامیه، تهران، ۱۴۰۷ ق.

مجلسی، محمد باقر، بحار الأنوار، دار إحياء التراث العربی، بیروت، ۱۴۰۳ ق.

مطهری، مرتضی، مجموعه آثار، انتشارات صدرا، تهران، ۱۳۹۰ ش.

مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، دار الکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۷۱ ش.