

درمان اعجاز آمیز قرآن

دکتر حسین علی علایی* (پزشک و کارشناسی ارشد مرکز تخصصی تفسیر)
حجت‌الاسلام حسن رضا رضایی* (کارشناسی ارشد تفسیر و علوم قرآن)

چکیده

نوشتاری که در پیش رو دارید به نظریه قرآن درمانی که در مورد آیات و احادیث مطرح شده، می‌پردازد. نویسنده بعد از بررسی پیشینه و مفهوم‌شناسی، به رابطه قرآن با درمان جسم و روح اشاره دارد و در پی پاسخ این پرسش است که آیا قرآن برای بیماران روحی و جسمی، نسخه درمانی خاص دارد؟ علاوه بر آن، به نقد و بررسی احادیثی که اشاره به درمان بیماری به واسطه سوره‌ها و آیات دارد، می‌پردازد.

بی‌شک قرآن برای شفای بیماری‌های اخلاقی و روحی نازل شده، و اما در مورد شفاء بیماری‌های جسمی، اختلاف دیدگاه به چشم می‌خورد. برخی از علما آن را از باب تفضل و دیگران از باب علیت و همچنین برخی‌ها با نگاه ایمان خالص و حتی بعضی‌ها آیات قرآن را همانند دارو به شمار آوردند. و نیز به دیدگاهی که این احادیث قرآن‌درمانی را ضعیف می‌شمارند، اشاره شده است.

نگارنده در پایان این‌گونه نتیجه گرفته است که در قرآن، آیات زیادی در زمینه درمان پیش‌گیرانه جسمی در قالب بهداشت تغذیه، فردی، جنسی و... و یا در پرتو احکام و تکالیف و اخلاق... بیان شده است. اما درمان و دارو بودن آیات، برای جسم انسان جای بحث دارد. هر چند که تمامی واژه‌های قرآن معجزه و نور است و می‌تواند تأثیر به‌سزای در بدن بگذارد و بشرط آن که در کنارش ایمان خالص و اراده الهی نیز محقق شود.

کلید واژه‌ها: قرآن، درمان، پزشکی، حدیث، اعجاز.

درآمد

قرآن خود را در آیه ۸۲ سوره اسراء، شفاء خوانده است ﴿وَنَزَّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا﴾، شفا بودن قرآن می تواند دارای ابعاد روحی، اخلاقی، روانی و جسمی باشد.

بی شک قرآن برای شفای بیماری های اخلاقی و روحی نازل شده است، اما در مورد اینکه شفای بیماری های جسمی را نیز در بر دارد یا نه، اختلاف دیدگاه به چشم می خورد. برخی از علما آن را از باب تفضل و دیگران از باب علیت و همچنین برخی ها با نگاه ایمان خالص و حتی بعض دیگر، آیات قرآن را همانند دارو شفا بخش به شمار می آورند. در قرآن، آیات زیادی در زمینه درمان پیشگیرانه جسمی در قالب بهداشت تغذیه؛ بهداشت فردی؛ بهداشت جنسی؛ ... در پرتو احکام و تکالیف و اخلاق ... بیان شده است، اما درمان و دارو بودن آیات، برای جسم انسان جای بحث دارد، هر چند قرآن معجزه و نور است و می تواند تاثیر به سزای در بدن بگذارد.

نوشتار حاضر به بررسی درمان روح و جسم با قرآن می پردازد و در پی یافتن پاسخی به این پرسش است که آیا قرآن برای بیماران روحی و جسمی، نسخه درمانی دارد یا خیر؟

۱- پیشینه

پیشینه قرآن درمانی را می توان با عصر نزول وحی گره زد. از شأن نزول آیات و همچنین برخی احادیث، می توان استفاده کرد که قرآن درمانی جایگاه ویژه ای در عصر نزول داشته است. پیامبر اسلام ﷺ علاوه بر درمان روحی و روانی، برخی بیماری های جسمی را نیز با قرآن درمان می کرد. خواص درمانی برخی آیات و سوره ها در کتاب های حدیثی مانند: بحار الانوار ۹۲؛ اصول کافی، ۲؛ من لا یحضره الفقیه، ۱؛ معانی الاخبار؛ تهذیب، ۲؛ مکارم الاخلاق، ۲؛ جامع الاخبار؛ ... و کتاب های تفسیری مانند: مجمع البیان؛ البرهان؛ نورالثقلین؛ تفسیر قمی؛ در المنثور؛ کنز الدقائق و ... آمده است. کتاب ها و باب های زیادی درباره خواص قرآن نگارش یافته است که می توان به موارد ذیل اشاره کرد: (الاتقان فی علوم القرآن، ۴ / ۱۵۸، باب ۷۵)؛ فضائل قرآن و سوره البرهان، زرکشی، ۱، باب ۲۶، ۲۷ و ۳۲).

افرادی نیز که در زمینه فضایل القرآن مطالبی نگاشته‌اند عبارتند از: کعب انصاری (۳۰ق)؛ خالد برقی (۲۷۴ق)؛ محمد بن یسار (۳۶۸ق)؛ محمد علی حزین (۱۱۸۱ق). همچنین کتاب‌هایی با نام منافع القرآن، از دانشمندان ذیل به رشته تحریر در آمده است: بیرجندی (۹۲۶ق)؛ بهاء الدین (۹۶۲ق)؛ محمد باقر مجلسی (۱۱۱۱ق)؛ احمد تیممی (۳۷۰ق)؛ ابن نعیم (۱۱۳۵ق). افزون بر موارد فوق کتاب‌هایی با نام خواص القرآن، نگارش یافته است که می‌توان به برخی از مولفان آن اشاره داشت: شوشتری (۱۰۲۱ق)؛ محمد شفیع (۱۲۲۰ق)؛ آقا نجفی اصفهانی (۱۲۳۲) و محمد حسن ازغندی (ر.ک: آغا بزرگ تهرانی، الذریعه، ۲۲/۳۰۶-۳۰۸).

نویسندگان معاصر نیز به مقوله درمان روحی و جسمی توسط قرآن بی‌توجه نبودند و کتاب‌های فراوانی به رشته تحریر در آورده‌اند که مهمترین آن‌ها عبارتند از: الاستشفاء بالقرآن/ الحسینی و اعلمی؛ قرآن درمانی/ عبد الحسین؛ شفا و درمان در قرآن/ میر اشرفی؛ اسرار التداوی و العلاج بالقرآن/ باقر الموسوی؛ سوره درمانی/ فریبا درجزی؛ قرآن درمانی/ عبد الحسین صالحی؛ خواص سوره‌های قرآن/ حکیمی؛ شفاء و درمان در قرآن/ مجتبی رضایی و در قرآن به آناتومی^[۱]؛ فیزیولوژی^[۲] بدن و برخی از مسایل پزشکی و بیماری‌ها مانند برص و جذام (مانده/۱۱۰- آل عمران/۳) به صورت گذرا و گاه نقل تاریخی اشاره شده است.

۲- مفهوم شناسی درمان و واژگان همنوا

واژه‌های «قرآن درمانی»؛ «شفاء بخشی قرآن»؛ «طب قرآنی» و «پزشکی قرآنی» در بین دانشمندان علوم تطبیقی، اصطلاحات رایجی است، لذا برای آشنایی بیشتر با قرآن درمانی، بهتر است واژه‌های درمان، شفاء، طب و پزشکی از منظر لغت‌شناسان بررسی گردد.

«شفاء» در اصل به معنای آخرین نقطه مشرف به انحطاط و نابودی یا اولین نقطه رهایی از انحطاط چه در زمینه مادی^[۳] و چه معنوی است. (مصطفوی، التحقیق، ۶/۱۰۹) برخی لغویون، اشراف بر چیزی را شفاء می‌گویند؛ (مقایس اللغه/ ابن فارس؛ العین و لسان العرب/ ابن منظور، ذیل واژه شفاء) بهبودی و سلامتی را شفا می‌نامند، زیرا که بر بیماری غلبه و اشراف پیدا می‌کند. واژه شفا در قرآن هم به امور مادی و جسمی ﴿وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ﴾ (شعراء/۸۰) ﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾ (نحل/۶۹) و هم به امور معنوی و روحی

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْمٌ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (يونس / ۵۷) ر.ک: فصلت/۴۴؛ اسراء/۸۲ و ... اطلاق شده است.

«طب» در لغت به معنای درمان جسم و جان است. (قاموس المحيط، ۹۶/۱؛ ابن منظور، لسان العرب، ۵۵۴/۱) و در اصل به معنای «علم به شیء و مهارت در آن» است. به طیب طیب می گویند، به خاطر آن که در عمل خود حاذق و ماهر است. (فراهیدی، العین، ۴۰۷/۷؛ ابن فارس، مقاییس اللغة، ۴۰۷/۳) برخی لغت شناسان «طب» را به معنای سحر گرفته اند.^[۴] با توجه به تعریف لغوی می توان این گونه برداشت کرد که واژه «طب» هم برای درمان جسم و هم برای درمان روح و روان انسان به کار می رود.

«پزشکی» در لغت به معنای دانشی برای مداوای بیماران بیان شده است. (عمید، فرهنگ فارسی عمید؛ دهخدا، لغت نامه دهخدا و انوری، فرهنگ بزرگ سخن، ذیل واژه پزشکی) از این تعریف استفاده می شود که واژه ی پزشکی برای درمان بیماری های جسم، روح و روان نیز به کار می رود.

«درمان» به معنای علاج و دارو است و اقدامی است در جهت رفع حالت بیماری روحی و جسمی صورت می گیرد. (همان؛ لغت نامه دهخدا، ذیل واژه درمان) امروزه درمان را به دو نوع تقسیم می کنند: یکی درمان خود بیماری و دیگری درمان پیشگیری که در اصطلاح بهداشت (hygiene) نامیده می شود. (صانعی، پاکیزگی و بهداشت در اسلام، ۹)

«بهداشت» (beh-dast) در لغت به معنی نگه داشتن، تندرستی، حفظ صحت و پیشگیری آمده است. (معین، فرهنگ فارسی، ذیل واژه بهداشت) این کلمه در عربی با واژه های وقایه الجسم (العین، ذیل واژه وقی: ووقاه الله وقایة بالكسر: حفظه)؛ حفظ الصحة، (مجلسی، بحار الانوار، ۷۸/۵۹)؛ سلامه الجسم، (همان، ۱۷۵/۷۸)؛ صحه البدن (راوندی، الدعوات، ۸۱) و العافیة (ابن منظور، لسان العرب، ذیل واژه العافیة) ذکر شده است.

اصطلاح قرآن درمانی عبارتست از کاربرد قرآن در تأمین، حفظ و بهبود سلامت جسمانی و روانی. (روزنامه کیهان، مقاله قرآن درمانی و تأثیر سحر انگیز ۸۷/۷/۲۷)

از تعاریف واژه های مذکور - شفاء، طب، درمان و پزشکی - می توان استفاده کرد که کاربرد آن ها شامل ابعاد جسمی، روحی و روانی و از طرف دیگر، درمان بیماری ها و اقدامات پیشگیرانه بهداشتی اطلاق می شود.

۳- هدف از مطرح شدن مسائل درمانی و بهداشتی در قرآن

هدف از نزول قرآن، تربیت و هدایت انسان به کمال و درمان روحی، اعتقادی و فکری انسان می‌باشد (و در این موضوع تمامی علماء اتفاق نظر دارند). در این راه لازم نیست همه علوم تجربی و غیر تجربی را برای بشر بیان کند؛ چون انسان عقل و احساس دارد و می‌تواند مسائل تجربی و علوم را به دست آورد؛ لذا منظور از ﴿تَبَيَّنَا لِكُلِّ شَيْءٍ﴾؛ (نحل/۸۹)؛ قرآن بیان‌کننده همه چیز است» همه چیزهایی است که در راستای هدایت و مربوط به هدایت معنوی بشر مربوط می‌باشد نه علوم تجربی و پزشکی (طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ۱۲/۴۹۵) و ذکر بعضی از مسایل بهداشتی، درمانی و پزشکی در آن به صورت اشاره و فرعی است و موضوعیت ندارد.

هدف قرآن از بیان مسائل بهداشتی و پزشکی را می‌توان در هموارسازی راه خداشناسی؛^[۵] تحریک کنجکاوی بشر در معارف قرآن؛ تشویق مسلمانان به تحصیل علم و مطالب علمی؛ پیش‌گیری از بیماری‌ها؛ آرامش روانی؛ حفظ سلامتی و ... خلاصه کرد. (ر.ک: رضایی اصفهانی، درآمدی بر تفسیر علمی قرآن، ۱۷۷) از طرفی دیگر آیاتی که درباره درمان و بهداشت روحی و جسمی مطرح شده است نه تنها با علوم روز تعارضی ندارد بلکه همسو و هم‌جهت می‌باشد، چرا که قرآن، وحی الهی و معجزه جاویدان پیامبر اسلام ﷺ است و ممکن نیست علوم بی‌پایه و اساسی را بیان کند: ﴿لَا يَأْتِيهِ الْبَاطِلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلَا مِنْ خَلْفِهِ﴾؛ (فصلت/۴۲) هیچ باطلی، نه از پیش رو و نه از پشت سر، به سراغ آن نمی‌آید، لذا قرآن، مطالب درمانی و پزشکی نادرست را در خود جای نمی‌دهند. (رضایی، قرآن و فرهنگ زمانه، ۲۲ به بعد)^[۶]

۴ - شفا و درمان در الفاظ الهی

واژه شفا و مشتقات آن در شش آیه از قرآن مطرح شده است که در برخی آیات فقط به شفا روحی اطلاق شده است، مانند: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ﴾ (یونس/۵۷)، «ای مردم! به یقین از طرف پروردگارتان برای شما، پندی و درمانی برای آنچه در سینه‌هاست»؛ ﴿وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ

لِلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا» (اسراء/۸۲)، «و از قرآن، آنچه را که آن درمان و رحمتی برای مؤمنان است، فرو می‌فرستیم؛ و [لی] ستمکاران را، جز زیان، نمی‌افزاید»؛ «قُلْ هُوَ الَّذِي آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً» (فصلت/۴۴)، «بگو: «آن (کتاب) برای کسانی که ایمان آورده‌اند رهنمود و درمان است»؛ «وَيَشْفِ صُدُورَ قَوْمٍ مُّؤْمِنِينَ» (توبه/۱۴)، «قرآن درمان می‌کند آنچه در سینه‌های گروه مومنین است».

و در برخی دیگر به شفای جسمی اطلاق شده است: «وَأَوْحَىٰ رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ... يَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» (نحل/۲۹)، «سپس از همه محصولات بخور و راه‌های پروردگارت را فروتانه ببیمای ... از شکم‌هایشان نوشیدنی (= عسل) بیرون می‌آید که رنگ‌هایش متفاوت [و] در آن برای مردم درمانی است؛ قطعاً در آن [ها] نشانه‌ای است برای گروهی که تفکر می‌کنند!»؛ «... وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ» (شعراء/۸۰)، «... و هنگامی که بیمار شوم پس او [مرا] شفا می‌دهد».

شفای قرآن را می‌توان در مورد روحی و جسمی تقسیم کرد:

الف: قرآن و درمان بیماری‌های روحی و روانی

مشکل بزرگ بشر در عرصه گیتی، حکمت نظری (اعتقادی، فکری و ...) و حکمت عملی (اخلاق، احکام و ...) است. (بیضاوی، تفسیر بیضاوی، ۲/۲۳۶) قرآن بیماری مربوط به حکمت نظری را با برهان عقلی و امراض مربوط به حکمت عملی را با تہذیب و تصفیہ دل بهبود می‌بخشد. جهل را با علم؛ شک را با یقین (تفسیر ابن کثیر، ۲/۴۳۶)؛ غم و اندوه را با آرامش؛ ترس را با امید؛ نگرانی از آینده را با عزم و ثبات بر طرف می‌سازد. (جوادی آملی، تفسیر موضوعی قرآن کریم، ۱/۲۳۶) به همین علت خداوند قرآن را شفا نامیده نه دارو. (همان، ۱/۲۳۴) زیرا که احتمال عدم تأثیر در دارو وجود دارد ولی شفاء قرآنی با اجتماع تمام شرایط، قطعی است.

مفسران در تفسیر آیات شفاء معتقدند: هدف از نزول قرآن و مطرح شدن شفاء و درمان در آن، با توجه به قرائن، اشاره به روح و روان دارد. (طوسی، تیان، ۵/۱۸۵) و از طریق نقل و عقل استدلال شده است که بیماری جهل و شک و نفاق (قرطبی، تفسیر قرطبی، ۴/۴۸۷) و ... زیان‌بخش‌تر از بیماری‌های جسم است. «وَأَشَدُّ مِنْ مَرَضِ الْبَدَنِ

مَرَضُ الْقَلْبِ؛ (نهج البلاغه، حکمت ۳۸۸) و سخت تر از بیماری تن، بیماری قلب است. حضرت علی علیه السلام بیماران فکری و عملی را به داروخانه قرآن ارجاع می‌دهد و می‌فرماید: «فَاسْتَشْفُوهُ مِنْ أَدْوَانِكُمْ وَاسْتَعِينُوا بِهِ عَلَيَّ لَأَوَاتِكُمْ فَإِنَّ فِيهِ شِفَاءً مِنْ أَكْبَرِ الدَّاءِ وَهُوَ الْكُفْرُ وَالنَّفَاقُ وَالْغَيُّ وَالضَّلَالُ»؛ (نهج البلاغه، خطبه ۱۷۶) پس درمان خود را از قرآن بخواهید و در سختی‌ها از قرآن یاری بطلبید که در قرآن، درمان بزرگ‌ترین بیماری‌ها یعنی کفر^[۷] و نفاق و سرکشی و گمراهی است، «وَاسْتَشْفُوا بِنُورِهِ فَإِنَّهُ شِفَاءُ الصُّدُورِ»؛ (نهج البلاغه، خطبه ۱۱۰؛ ۱۰۹؛ ۱۷۵؛ ۱۸۱؛ ۱۸۹؛ ر.ک: خطبه ۱۸۹ و ۱۷۵) از نور (قرآن) شفاء و بهبودی خواهید که شفای سینه‌های بیمار است.

علامه طباطبایی با استفاده از چهار صفت (موعظه، شفاء، هدایت و رحمت) از آیه ۵۷ سوره یونس به این نتیجه می‌رسد که شفا و درمان در آیه، درونی و روحی است. (طباطبایی، المیزان، ۱۱۸/۱۰، ۳۰۵/۱۳؛ ر.ک: مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۳۱۸/۸) قرآن بیماری را نیز به قلب نسبت داده است: «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ» (بقره/۱۰) قلب قرآنی قلب صنوبری پزشکی نیست بلکه روح و روان انسان است. (ابن منظور، لسان العرب، ذیل واژه قلب؛ مطهری، انسان کامل، ۱۲۱) بهترین دلیل برای اثبات شفابخشی قرآن برای بیماری‌های اخلاقی مقایسه وضع عرب جاهلی با تربیت شدگان مکتب پیامبر صلی الله علیه و آله در آغاز اسلام است. چگونه آن قوم جاهل که انواع بیماری‌های اجتماعی و اخلاقی سر تا پای وجودشان را فرا گرفته بود، با استفاده از این نسخه شفابخش درمان یافتند و چنان قوی شدند که هیچ نیرویی نمی‌توانست در برابرشان ایستادگی کند. (طباطبایی، المیزان، مترجم موسوی همدانی، ۳۰۶/۱۳).

در نتیجه، نزول قرآن در مرحله‌ی اول برای درمان بیماری‌های اعتقادی و فکری و روحی مردم بوده تا آن‌ها را از شرک و کفر و تاریکی به توحید و اسلام و روشنائی ببرد. قرآن در آیات متعددی هدفش را خروج بشر از ظلمت جهل به نور دانش، از کفر به نور ایمان، از ظلمات ستمگری به نور عدالت، از فساد به صلاح و از ظلمت گناه به نور تقوی معرفی می‌کند. (ابراهیم / ۱ و ۵؛ مانده/ ۱۵ و ۱۴؛ همچنین ر.ک: احمدی، قرآن در قرآن، ۲۳۲)

برخی روانشناسان با تحقیق در آیات قرآن دریافته‌اند که قرآن تأثیر زیادی بر روان و روح انسان می‌گذارد. آنان شفابخشی قرآن را با علوم تجربی مقایسه نموده و نتایج حاصل

از آن را با عنوان تاثیر قرائت قرآن بر بهداشت روانی انسان منتشر کرده و معتقدند: عمل به توصیه‌های قرآن، بالاترین و بهترین نسخه بهداشت روانی است. برای نمونه در این بخش به برخی از آیات و اثر آن‌ها اشاره می‌شود:

۱. مداومت بر قرائت قرآن، نقش موثری در رویارویی با اضطراب دارد. فهم قرآن نیز در مقابله با اضطراب مؤثر است. (ر.ک: مقالات همایش نقش دین در بهداشت روان، دانشگاه علوم پزشکی، آذر ۱۳۷۶، ۸۸)؛

۲. نتیجه تحقیقی که از ۶۰ دختر به دست آمده، نشان داده است که رویارویی میزان اضطراب و گرایش به افسردگی در گروهی که طی ۶ ماه روزانه حداقل نیم ساعت به قرائت قرآن می‌پرداختند، به طور چشم‌گیری کمتر از دیگران است. (همان، ۷۹)؛

۳. دمیدن روح امید و دوری از یأس و اثر آن در کاهش افسردگی. (یوسف/۸۷)؛

۴. دعوت قرآن به صبر و اثر آن در کاهش فشارهای روانی. (بقره/۱۵۳ و ۱۵۵ و

آل عمران/۲۰۰)؛

۵. دعوت قرآن به توکل بر خدا (احزاب/۳ و آل عمران/۱۵۹) و نقش آن در آرامش انسان؛

۶. یاد خدا و آرامش دل. (اسراء/۲۴ و بقره/۸۳)؛

۷. ممنوع بودن خودکشی در دین (نور/۳۱ و احزاب/۵۹) و پایین آمدن آمار

خودکشی در جوامع اسلامی؛

۸. احترام و محبت به پدر و مادر (طه/۱۴) و تاثیر آن در سلامت خانواده؛

۹. حجاب برای زنان و سلامتی روانی. (نور/۳۱ و احزاب/۵۹)؛

۱۰. نماز و آرامش روانی. (طه/۱۴)؛

۱۱. ازدواج و تشکیل خانواده و تأمین آرامش فردی و سلامت محیط اجتماع. (روم/۲۱)؛

۱۲. ممنوعیت سوء ظن، تجسس و غیبت و اثرات آن بر سلامتی جامعه و شخصیت

افراد. (حجرات/۱۲ - ۱۱)؛

به عبارت دیگر می‌توان گفت: همه دستورهای الهی به نوعی برای آرامش فردی،

اجتماعی و رشد و بالندگی فرد و جامعه است. (ر.ک: خلاصه مقالات همایش نقش دین

در بهداشت روان، دانشگاه پزشکی تهران، ۱۳۷۶ آذر ماه)

ب: قرآن و درمان بیماری‌های جسمی

تقویت و تربیت جسم در اسلام مطلوب است ولی هدف نیست. جسم سالم روح سالم را می‌طلبد (ر.ک: مطهری، تعلیم و تربیت در اسلام، ۶۴-۶۷) و روح سالم، جسم سالم را پرورش می‌دهد و هر دو تأثیر متقابل دارند. امام علی علیه السلام در حکمت ۲۵۶ به رابطه روح و جسم می‌پردازد و بیان می‌دارد که روح آشفته جسم را بیمار می‌کند؛ حتی حسادت و طمع و حرص... سبب بیماری جسم می‌شود: «صِحَّةُ الْجَسَدِ مِنْ قِلَّةِ الْحَسَدِ»؛ حسادت کم سبب سلامتی جسم می‌شود. و در حکمت ۲۲۵ فرموده‌اند: «حسودان از سلامتی خود غافلند.» در خطبه دیگر می‌فرماید: «وَأَفْضَلُ مِنْ صِحَّةِ الْبَدَنِ تَقْوَى الْقَلْبِ» (حکمت/۳۸۸) آگاه باشید که همانا عامل تندرستی تن، تقوای دل است. و پیامبر برای کسانی که جسم سالم دارند واژه «طوبی» به کار برده است. (مجلسی، بحار الانوار، ۶۷/۷۲)

قرآن کتاب بهداشت و درمان جسم نیست و فروگاستن آن به چنین موضوعی کاری عبث و بیهوده است، اما راهکارهای بهداشتی و درمانی را در لابلای بیان مباحث مانند تاریخ؛ معاد؛ خداشناسی؛ احکام؛ اخلاق و... یادآوری کرده که امروزه با علوم پیشرفته پزشکی هم‌خوانی دارد در نتیجه توصیه‌های بهداشتی قرآن برای جسم، به خاطر تندرستی آن - که خود یک مطلوب است - و مقدمه‌ای برای سلامتی روح و مهیا شدن روح برای عبادت است. با جمع‌آوری توصیه‌های بهداشتی و درمان پیشگیرانه قرآن می‌توان موارد ذیل را به اختصار بیان کرد:

یک) بهداشت تغذیه: خوردن غذای پاک (بقره/۱۷۲)؛ ممنوعیت غذای غیر بهداشتی (اعراف/۱۷۵)؛ عدم اسراف در تغذیه (اعراف/۳۱)؛ دوری از خوردن گوشت مردار (انعام/۱۴۵)؛ دوری از گوشت خوک و خوردن خون (بقره/۱۷۳) و دوری از شراب (بقره/۲۱۹).

بیش از ۳۰۰ آیه درباره تغذیه به طور مستقیم یا غیرمستقیم مطرح شده است که با واژگانی همچون: اکل (۱۰۹ بار)؛ شرب (۳۹ بار)؛ رزق (۱۲۳ بار) و طعام (۴۸ بار) بیان شده است که نشان از اهمیت قرآن به تغذیه و سلامتی جسم دارد. همچنین تقوا (مائده/۸۸) و انجام اعمال صالح (بقره/۱۷۲) را از آثار غذای پاک و حلال بر می‌شمارد. تفکر در انتخاب و نوع غذا (عبس/۲۴) نیز یکی از توصیه‌های ارشادی قرآن است. تغذیه علاوه بر جسم بر روح نیز تاثیر مثبت و منفی می‌گذارد. (ر.ک: مکارم شیرازی، اخلاق در قرآن کریم، ۱/۱۴۹)؛

دو) بهداشت جنسی: ممنوعیت آمیزش با زنان در حالت عادت ماهیانه (ر.ک: رضایی اصفهانی، پژوهشی در اعجاز علمی قرآن، ۳۷۱/۲؛ اهتمام، فلسفه احکام، ۲۵۸ و ۲۷) (بقره/۲۲۲)؛ دوری از زنا (ر.ک: عباسی نژاد، قرآن و طب (راهنمای پژوهش در قرآن و علوم روز (۱))، (۲۵۶)؛ (اسراء/۳۲) دوری از لواط^[۸] (اعراف/۸۰-۸۱)؛ دوری از استمناء (مؤمنون/۷) و همچنین آداب و اخلاق پیشگیرانه جنسی مانند: دوری از چشم چرانی؛^[۹] آشکار نکردن زینت‌ها (نور/۳۱)؛ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۴۳۹/۱۴؛ طباطبایی، میزان، ذیل آیه فوق؛ مطهری، مساله حجاب، ۱۴۵)؛ حفظ پوشش و حجاب؛^[۱۰] عدم کوبیدن پا به زمین، (نور/۳۱)؛ دوری از گفتن سخنان نازک و هوس انگیز، (احزاب/۳۳)؛ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۲۹۰/۱۷)؛ عدم تبرج و آشکار شدن زن در اجتماع (احزاب/۳۲) و... که نقش به سزایی در بهداشت جنسی و آرامش روحی فرد و جامعه دارد؛

سه) بهداشت شخصی: وضو و غسل (مائده/۶)؛ طهارت لباس (مدثر/۴۹)؛ پاکیزگی محیط زیست (حج/۲۶) و ...؛

چهار) یکی دیگر از ابعاد بهداشتی و درمانی جسم را باید در وضع قوانین و احکام به صورت بایددها و نبایدها (واجبات و محرمات) یا در قالب ارشادی (هست و نیست) جستجو کرد. برای مثال روزه در قرآن به عنوان یک عبادت واجب شده است (بقره/۱۸۳) اما امروزه به عنوان روزه درمانی مطرح است. (ر.ک: موسوی راد، روزه درمان بیماری‌های جسم و روح) هر چند در احادیث علاوه بر نقش معنوی روزه به فواید جسمی آن اشاره شده است: «صوموا تصحوا؛ (مجلسی، بحارالانوار، ۲۵۵/۹۶) روزه بگیریید تا سالم بمانید» روزه از نگاه جامعه‌شناختی نیز تأثیر بسزایی در نظم اجتماعی و امنیت روانی و کنترل غرائز جنسی جامعه دارد.^[۱۱]

تأثیر آوای قرآن بر کاهش دردهای جسمی بعد از عمل جراحی (ر.ک: نیک بخت نصر آبادی، استعانت از قرآن کریم در شفای جسمانی) یکی از کشفیات محققان است. صوت قرآن تغییراتی فیزیولوژیکی در سیستم عصبی انسان ایجاد می‌کند و سبب آزادسازی آندروفین در بدن می‌شود. (پایگاه میدل ایت آن لاین) دانشمندان آمریکا با اتصال تجهیزات پزشکی بر روی مجموعه تعدادی غیر مسلمان که برخی از آنها از بیماری‌های روانی در رنج بودند، دریافتند پس از گذشت مدتی از تلاوت قرآن،

دستگاه‌های روان سنجی که به مغز آن‌ها متصل بود نشان از کاهش فشارهای روانی بر روی این افراد، می‌دهد. این تحقیقات نشان از اثر شگرف بر حالت مزاجی، کاهش استرس و اضطراب داشت ضمن اینکه هیچ کدام از افراد آزمایش شده مسلمان نبودند. (سایت ابنا) پروفیسور وان درهون هلندی متخصص روان‌شناسی در تحقیقات سه ساله از کشف تاثیر مثبت ذکر نام جلاله خداوند و قرائت قرآن کریم در سلامتی انسان خبر داد. (نشریه خبر رسانی اخبار ملل، ش ۸۳/۱۷) تحقیقاتی که در دانشگاه مشهد روی چند زن باردار صورت گرفته به این نتیجه رسیده است که آوای قرآن سبب کاهش درد زایمان و کوتاهی مدت زایمان، کاهش اضطراب قبل از زایمان و تحریک تخمگذاری در زنان نابارور و ... می‌شود. (مجله اصول بهداشت روان، ش ۳، ۱۳۸۷، مقاله تأثیر آوای قرآن)؛

پنجم: عسل غذای لذیذی است که زنبور عسل آن را تولید می‌کند. خداوند در قرآن بدان توجه داده و می‌فرماید: ﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾ (نحل/۶۹) در عسل برای مردم شفاء است. پیامبر اسلام ﷺ هم فرمود: «لم يستشف المريض بمثل شربة العسل، (مجلسی، بحار الانوار، ۲۹۲/۶۶) مریض با (هیچ چیزی) مانند نوشیدن عسل شفاء پیدا نمی‌کند». واژه «شفاء» در قرآن درباره خوردنی‌ها به کار نرفته است، مگر برای عسل. نام یک سوره قرآن هم به نحل (زنبور عسل) اختصاص داده و شراب بهشتی را عسل مصفی (محمد/۱۵) نامیده است. دانشمندان^[۱۱] با انجام تحقیقات پیشرفته، فواید بیشماری را برای عسل ذکر کردند که مطرح شدن آن به عنوان شفاء در قرآن یکی از شگفتی‌های پزشکی قرآن به شمار می‌آید.

۵ - خواص آیات و سوره در احادیث

در برخی از احادیث اشاراتی به خواص، منافع و فضایل سوره و آیات در بعد روحی و جسمی و پزشکی شده است که می‌توان آن‌ها را به چند دسته تقسیم کرد:

الف) برخی از احادیث، قرآن را (به صورت مطلق) مایه شفاء می‌دانند: مانند: «القرآن هو الدواء»؛ (مجلسی، بحار الانوار، ۱۷۶/۹۲) «قرآن دارو و درمان است.» «خیر الدواء القرآن؛ (کنز العمال، ۸/۱۰) بهترین دارو قرآن است. حضرت علی عليه السلام می‌فرماید: «ودواء دائکم»؛ «قرآن درمان بیماری‌های شماست.» (نهج البلاغه، خطبه ۱۵۸؛ برای اطلاع بیشتر در این زمینه ر.ک: مجلسی، بحار الانوار، ۲۰۲/۹۲)

از اطلاق احادیث استفاده می شود که قرآن می تواند درمان روح و جسم بشر را به عهده بگیرد. مگر از قرائنی مانند: هدف نزول قرآن هدایت معنوی بشر است و آیات شفا در قرآن و... آن ها را حمل بر درمان روحی و درونی نماییم.

ب) برخی دیگر از احادیث، قرائت قرآن را مایه شفای دردهای جسمی می دانند، مانند: مردی از درد گلو به پیامبر پناه برد پیامبر فرمود: عليك بالقراءة القرآن؛ (کنز العمال، ۵۴۹/۱) قرآن را قرائت نما. پیامبر اسلام فرمودند: قراء القرآن مقطعه البلغم؛ (مجلسی، بحار الانوار، ۲۰۲/۹۲) قرائت قرآن بیماری بلغم را زایل می کند و ... از این نوع احادیث شفای جسمی استفاده می شود.

ج) برخی دیگر در خواص سوره ها به درمان بیماری های خاص اشاره کردند که در اکثر تفاسیر در قالب فضیلت سوره آمده است. برای مثال درباره سوره حمد که نام دیگر آن شفا است این گونه آمده است: فاتحة الكتاب شفاء من كل داء؛ (طبرسی، مجمع البیان، ۸۷/۱) سوره حمد شفای تمام بیماری هاست. و یا درمان سم (کنز العمال، ۵۵۷/۱)؛ صرع (سیوطی، الدر المنثور، ۱۵/۱) و همه بیماری ها به جز مرگ (مجلسی، بحار الانوار، ۲۳۷/۹۲) معرفی شده است.

مفسران نیز قرائت و تبرک جستن به قرآن و همراه داشتن آن را مایه شفای جسم می دانند. (طوسی، تبيان، ۵۱۳/۶؛ طباطبایی، المیزان، ۲۵۵/۱۳) جوادی آملی شفای جسمی از قرآن و سوره حمد را مجرب و قطعی دانسته است. (جوادی آملی، تفسیر تسنیم، ۲۶۳/۱؛ تفسیر اطيّب البیان، ۵۸/۱) ابوالفتوح رازی بعد از نامیدن سوره حمد به شفا معتقد است که با آن می توان بیماری های سم و صرع را درمان کرد. (روض الجنان، ۳۳/۱)

روزی جمعی از اصحاب نشسته بودند، حضرت پیغمبر ﷺ وارد شده و سلام فرمود. جواب دادند. فرمود: می خواهید تعلیم نمایم شما را دوائی که جبرئیل مرا تعلیم نموده که محتاج به دواى اطبا نبوده باشید؟ پس حضرت امیر المؤمنین عليه السلام، سلمان و دیگران سؤال نمودند که آن دوا چیست؟ حضرت خطاب به امیر المؤمنین عليه السلام فرمود: در ماه نيسان رومی، آب باران می گیری و سوره حمد؛ آية الكرسي؛ ﴿قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ...﴾؛ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ...﴾؛ ﴿قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ...﴾ و ﴿قُلْ يَا أَيُّهَا الْكَافِرُونَ﴾ هر يك را

هفتاد مرتبه می‌خوانی و هفتاد مرتبه الله اکبر، هفتاد مرتبه لا اله الا الله و هفتاد مرتبه صلوات می‌فرستی و هفت روز صبح و عصر می‌آشامی. قسم به خدایی که مرا به راستی به خلق مبعوث فرموده، جبرئیل گفت که: حق تعالی بردارد از کسی که این آب را بیاشامد هر دردی را که در بدنش باشد و عاقبت شفا بخشد او را. (مجلسی، بحار الانوار، ۴۷۷/۶۶) از حضرت صادق علیه السلام این گونه روایت شده است: کسی را که مرضی عارض شد سوره حمد را در گریبان خود هفت مرتبه بخواند پس علت مرتفع خواهد شد و اگر بهبودی نیافت هفتاد مرتبه بخواند و من ضامن شفای او هستم. (لثالی الاخبار، باب هفتم، ۳۵۱) البته روشن است که این احادیث شروطی دارد که با تحقق آن شروط آیات تأثیر می‌کند.

بررسی احادیث قرآن درمانی

احادیث فراوانی خواص و آثار برخی آیات و سوره‌ها را نقل کرده است که قابل دقت و تامل است و دیدگاهی مختلفی درباره آن مطرح می‌باشد:

۱. برخی قائلند که این احادیث از باب اقتضاء است نه از باب علیت و کسانی که مبادرت به خواندن سوره‌ها نمایند بر بیماری غلبه و شفا پیدا می‌کنند به شرط آنکه خواندن قرآن برای فهمیدن و فهمیدن برای اندیشیدن و اندیشیدن برای عمل باشد. (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۶۱/۱) و دیگر آنکه خودشان را تسلیم قرآن نمایند. ایمان به قرآن و خدا و اخلاص شرط اساسی در بهره‌مندی از شفای قرآنی می‌باشد. کارل یونگ روانکاو می‌گوید: کسانی که فاقد ایمان و دین هستند قربانی بیماری روانی می‌شوند. (نجاتی و عرب، قرآن و روان‌شناسی، ۳۶۵) یکی دیگر از شرایط بهره‌مندی از شفای قرآنی تمرکز بر قرآن است. در اصطلاح، انرژی مثبت در پی اندیشه مثبت است، در نتیجه این احادیث به شرط ایمان دارای آثار است.

۲. برخی دیگر معتقدند که احادیث قرآن درمانی صحیح است چون امروزه برخی از جوانب آن کشف شده و اگر برخی دیگر برای بشر مکشوف نشده است نمی‌توان آن‌ها را به خاطر ضعف بینش و تجربه، دور انداخت و نیازی به ایمان و اخلاص نیست و قرآن و احادیث مانند دارو برای همه تأثیرگذار است. برای مثال عبد الدائم الکحیل با تحقیق و

آزمایش به این نتیجه رسیده است که صوت و آیات قرآن تأثیر مستقیمی در فیزیولوژی بدن و اعصاب می‌گذارد که منجر به بهبودی و شفای بیماران می‌شود. او معتقد است که گوش که مرکز تنظیم کل بدن است در شنیدن آیات و ارسال آن به کل بدن نقش کلیدی ایفا می‌کند. (www.kaheel.com)

۳- برخی دیگر به اصل صدور احادیث خدشه وارد کرده اند. برای مثال علامه مجلسی معتقد است با گفتن برخی از این خواص سوره‌ها و آیات شأن و منزلت هدف اصلی قرآن تنزل می‌یابد. (روضه المتقین، ۴۰۴/۱۴) آیت الله سید ابوالقاسم خویی برخی از این احادیث را دسیسه راویان کذاب می‌داند (البیان، ۲۸) از طرف دیگر لازم است بین قرائت و ثواب و آثار، رابطه معقولی وجود داشته باشد. اینکه گفته شده «کسی سوره یس را بخواند تمام بیماری‌های او درمان می‌شود» (مجلسی، بحارالانوار، ۲۴۰/۸۱) چه را بطله‌ای بین سوره یس و درمان بیماری وجود دارد. برخی مفسران و محدثان اهل سنت مانند: (قرطبی، الجامع لاحکام القرآن، ۷۸/۱)؛ (ابن جوزی، الموضوعات، ۲۴۰/۱)؛ (سیوطی، اللئالی المصنوعیه، ۲۲۷/۱) و ... نسبت به این روایات تردید کرده‌اند.

گفتنی است که جاعلان خواص سور و آیات مانند: علی بن ابی حمزه بطائنی، (فهرست شیخ طوسی، ۵۱)؛ (ابوعصمت فرج بن ابی مریم مروزی، الجامع، ۷۸/۱) و (احمد بن عبدالله جویری، البیان، ۲۸) خود به تحریف آن اعتراف کرده‌اند. با وجود این برخی دیگر از احادیث مستندند و علما به آن‌ها جامه عمل پوشیده‌اند. (طبرسی، مجمع البیان، ۳۵۱/۶)

۴- برخی دیگر برآند شفا درمانی از قرآن از باب تفضل است نه از باب استحقاق. بنابراین رواست که خداوند با یک عمل کوچک و قرائت سور، بیماران لاعلاج را شفا بخشد. این می‌تواند در زمره کرامت و اعجاز قرار بگیرد و از مقوله بحث ما خارج است.

۵- از احادیث و سیره نبوی استفاده می‌شود که خواص پزشکی آیات و سوره‌ها، در طول اسباب و علل مادی (طیب و دارو) معنا پیدا می‌کند؛ به این معنا که با استفاده از دارو، شفا را از خداوند درخواست نمائیم. شخصی به نام حارث بن کلدیه (سرمدی، تاریخ پزشکی، ۲۰۳/۱) پزشک مخصوص پیامبر اسلام بودند. در حدیثی نقل شده است که یکی از پیامبران برای بیماری خود از طیب و دارو استفاده نکرده و معتقد بود که خدا شفاء دهد،

اما خداوند به او وحی کرد شفایت را نمی‌دهم مگر آنکه خود را با دارو درمان نمایی، (بحارالانوار، ۲۱۱/۸۱). همچنین حضرت علی بعد از ضربت خوردن، برای مداوا از طیب یهودی. (ناسخ التواریخ، ۲۸۶/۴) استفاده کردند. علاوه بر آن اسلام اهمیت به علم طب و فراگیری آن داده (مجلسی، بحارالانوار، ۲۲۰/۱) و ائمه در مداوای برخی بیماران از داروهای طبیعی استفاده می‌کردند. (ر.ک: طب الصادق؛ طب الرضا؛ طب النبوی، ذهبیه). نباید ارزش قدسی قرآن را در حد یک دارو تنزل دهیم، (تفسیر آسان، ۶۵۳/۱۰) در نتیجه خواص سوره‌ها در زمینه درمان با استفاده از اسبابی مانند دارو محقق می‌شود.

نتیجه: حاصل سخن اینکه، در قرآن مسأله شفا و درمان روحی و روانی مطرح شده است و کسی در آن شک و تردید ندارد و در زمینه درمان پیشگیرانه جسمی در قالب بهداشت تغذیه، بهداشت فردی، بهداشت جنسی و... و یا در پرتو احکام و تکالیف و... بیان شده است. می‌توان گفت شفای جسمی با خواندن برخی از سوره‌ها به شرط ایمان خالص و استفاده از دارو محقق می‌شود.

پی‌نوشت‌ها

[۱] «آناتومی (Anatomy) در اصل، کلمه‌ای است یونانی و همچون معادل لاتینش (desectio)، به معنای «برش» (Cutting up) است و عبارت است از مطالعه و شناخت ساختمان بدن انسان و اندام‌های مختلف تشکیل دهنده آن و بالاخره روابط فیمابین اندام‌ها.» (Dr. Ali Esfandiari, An Education on study in learning and Teaching) anatomy p.26 به عبارت دیگر، آناتومی به معنای کالبد شناسی و بررسی عملی و تجربی شکل و ساختار میکروسکوپی بخش‌های گوناگون بدن آمده است. (لغت‌نامه معین، ذیل واژه آناتومی)

[۲] فیزیولوژی به معنای علم وظایف اعضاء بدن جانداران و طرز کار دستگاه بدن است (لغت‌نامه دهخدا و لغت‌نامه معین، ذیل واژه فیزیولوژی).

[۳] مانند آیه: ﴿عَلَىٰ شَفَا جُرْفٍ﴾ (توبه/۱۰۹)؛ «یا کسی که ساختمانش را بر کنار پرتگاه فرو ریختنی بنیان نهاده است» و آیه: ﴿وَ كُنْتُمْ عَلَىٰ شَفَا حُفْرَةٍ مِّنَ النَّارِ فَأَنْقَذَكُم مِّنْهَا﴾ (آل عمران/۱۰۳)؛ «یعنی در کنار گودالی از آتش بودید از آن نجاتتان داد». برخی‌ها بین شفا (به فتح شین) و شفا (به کسر شین) فرق قائل شدند. (العین، ذیل واژه شفا)

[۴] تاج العروس، ذیل واژه طب. چون بین طیب و ساحر ارتباطی است که هر دو برای مداوای مریض تلاش دارند. (جواد علی، المفصل فی تاریخ العرب قبل از اسلام، ۳۸۰/۸).

[۵] هدف قرآن از بیان مطالب علمی با هدف دانشمند زیست‌شناس متفاوت است. قرآن با استفاده از مطالب علمی، توحید و خداشناسی و معنویت را به بشر ارائه می‌دهد. (طباطبایی، آشنایی با قرآن، ۱۹۸/۴؛ ر.ک: استاد مطهری و روشنفکران، ۷۷) برای نمونه بحث جنین‌شناسی که در سوره مؤمنون آیه ۱۲ و ۱۳ و ۱۴ مطرح شده و مراحل خلقت انسان را از نطفه، علقه، مضغه، استخوان، گوشت، روح بیان کرده، خواننده را به یک نکته مهم آگاه می‌سازد و می‌فرماید: ﴿فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ﴾؛ و خجسته باد خدا، که بهترین آفرینندگان است! نکته مهم آن است که اشاره قرآن به مراحل خلقت انسان، برای شناخت قدرت، علم و آگاهی اوست. (ر.ک: مکارم شیرازی، تفسیر نمونه؛ طباطبایی، تفسیر المیزان؛ مطهری، بیست گفتار، ۱۲۳)

[۶] اگر کسی بگوید که قرآن متأثر از طب جالینوس است (سروش، مقاله بشر و بشیر)

باید گفت: ترجمه متون طبّ جالینوس (۲۰۱ ق.م) و بقراط (۲۷۷ ق.م) تا زمان پیامبر اسلام ﷺ در جزیره العرب مرسوم نبود تا قرآن از آن متأثر باشد.

[۷] فخر رازی در مفاتیح الغیب، ذیل سوره حمد، کفر را بالاترین بیماری اعتقادی و فکری بشر می‌نامد و معتقد است درمان آن را در قرآن جستجو کرد.

[۸] ر.ک: دیاب، عبدالحمید، - قرقوز، احمد، مع الطب فی القرآن الکریم، ص ۱۷۷ - ۱۷۸، رضایی اصفهانی، محمد علی، پژوهشی در اعجاز علمی قرآن؛ ۳۹۰/۲. دیاب، عبدالحمید؛ - قرقوز، احمد؛ همان؛ ۱۷۸؛ الشریف، عدنان، من علم الطب القرآنی، (الثواب العلمیه فی القرآن الکریم)، ۱۹۹؛ رضایی، حسن رضا، آموزه‌های تندرستی در قرآن، ۹۱. [۹] نور/۳۰؛ پاک نژاد، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر، ۱۶، ۱۵؛ بی‌آزار شیرازی، مسایل درمانی و طب روحانی، دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۷۴، ۳/۲۵۸؛ رضایی، آموزه‌های تندرستی در قرآن، عطر آگین، ۱۳۸۴، ۱/۸۴.

[۱۰] نور/۳۰؛ مطهری، مسئله حجاب، ۲۳. قرآن فلسفه حجاب را پاکی دل‌های مردان و زنان و آلوده نشدن به گناه (احزاب/۵۳)؛ امان ماندن زنان، از افراد سبک سر (احزاب/۵۹)؛ طمع نکردن افراد بیمار دل (احزاب/۳۲) و... بر می‌شمارد.. ر.ک: جوادی آملی، زن در آئینه جلال و جمال، ص ۴۲۵.

[۱۱] دیاب، طب در قرآن، ۲۱۳؛ جمیلی، اعجاز طبی فی القرآن، ۲۱۳؛ عدنان شریف، من علم طب القرآنی، ۲۵۹؛ سامی، اعجاز علمی فی القرآن، ۱۸۷؛ افتخاریان، قرآن و علم روز، ۴۶. (ب) نماز فریضه ای است که در شبانه روز ۵ مرتبه با ۱۷ رکعت و با کیفیت مخصوص و در اوقات متفاوت خوانده می‌شود و اثرات روحی و معنوی آن بر کسی پوشیده نیست و ثمرات جسمی و درمانی آن سبب تعجب همگان است. خواندن مستمر نماز برای درمان بیماری‌های دوالی الساقین (= واریس)، (ارناووط، الاعجاز العلمی فی القرآن، ۹۲ - ۹۷) تقویت عضلات رگ و مغز، (سامی، الاعجاز العلمی فی القرآن، ۱۸۶) حتی در تمرکز حواس (ر.ک: دیاب طب در قرآن، ۶۶؛ عمر محمود، الطب الوقائی فی الاسلام، ۲۳۹؛ سعید ناصر، القرآن و العلوم، ۱۴۹) مؤثر است. اخیراً محققان درباره سحرخیزی برای خواندن نماز صبح اعلان کردند: که خواندن نماز صبح در اول وقت سبب جلوگیری از سکنه‌های قلبی و گرفتگی عروق دارد. (روزنامه اعتدال، ۸۷/۶/۱۴) قرآن نیز به سحر خیزی اشاره دارد (اسراء/۷۸) (ر.ک: کارل، نیایش؛ کارنگی، آئین زندگی) هر چند که این موارد جای بحث و بررسی دارد.

منابع

۱. ابن منظور، لسان العرب، ج ۱، بیروت، دارالفکر، ۱۹۹۰م.
۲. ابن کثیر، ابی الفداء الحافظ، ابن کثیر (تفسیر القرآن العظیم)، دارالکتاب العلمیة، بیروت، ۱۴۰۸ق.
۳. ابوالفتح رازی، حسن ابن علی، روض الجنان وروح الجنان، بنیاد پژوهش‌های آستان قدس رضوی، ۱۳۷۱ش.
۴. ابوالقاسم خویی، البیان، چ هشتم، قم، ناشر انوار المهدی، ۱۴۰۱ق.
۵. استعانت از قرآن کریم در شفای جسمانی، نیکبخت نصر آبادی، علی رضا، نشر قبله، تهران، ۱۳۷۸، چ ۱.
۶. آموزه‌های تندرستی در قرآن، رضایی، حسن رضا، عطرآگین، قم، ۱۳۸۴، چ ۱.
۷. اهتمام، احمد، فلسفه احکام، ۱۳۴۴ ش، چاپخانه اسلام، اصفهان.
۸. پاک نژاد، دکتر شهید سید رضا، اولین دانشگاه و آخرین پیامبر ج ۶، بنیاد فرهنگی شهید پاک نژاد، یزد، ۱۳۶۳ش، اول.
۹. تاج العروس، زبیدی، محمد مرتضی، دارالفکر، بیروت، ۱۹۹۴م.
۱۰. تاریخ علوم عند العرب، عمر فروخ، دارالعلم للملایین، بیروت.
۱۱. جواد علی، المفصل فی تاریخ العرب قبل الاسلام، بغداد، دانشگاه بغداد، ۱۴۱۳ق.
۱۲. جوادی آملی، عبدالله، تسنیم، تفسیر قرآن کریم، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸، چ اول.
۱۳. جوادی آملی، عبدالله، تفسیر موضوعی قرآن کریم، فطرت در قرآن، تنظیم و ویرایش: محمد رضا مصطفی پور، مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸.
۱۴. جوادی آملی، عبدالله، زن در آینه جلال و جمال، نشر اسراء، ۱۳۸۱.
۱۵. حسن رضا رضایی. قرآن و فرهنگ زمانه، انتشارات مرکز مطالعات، قم، ۱۳۸۳.
۱۶. حسین مهران، دکتر جمال الدین، آیات من الاعجاز العلمی فی القرآن الکریم، ۱۹۹۲ م، مکتبه الانحلو المصریة، قاهره.
۱۷. الخطیب، عبدالغنی، قرآن و علم روز، ترجمه دکتر اسد الله مبشری، تهران، مؤسسه مطبوعاتی عطائی، ۱۳۶۲ ش.
۱۸. دهخدا، دکتر علی اکبر، لغت نامه دهخدا، دانشگاه تهران، تهران، ۱۳۷۷ش، دوم.
۱۹. دیاب، دکتر محمود، الاعجاز الطبی فی القرآن الکریم، مطبوعات دارالشعب، قاهره، ۱۴۰۸ ق.

۲۰. رازی، فخرالدین، مفاتيح الغيب (التفسير الكبير) دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۱۷ ق، چ دوم.
۲۱. رضایی اصفهانی، محمد علی، پژوهشی در اعجاز علمی قرآن، انتشارات المهدی، قم، چ ۱، ۱۳۸۷.
۲۲. رضایی اصفهانی، محمدعلی، درآمدی بر تفسیر علمی قرآن، انتشارات اسوه، قم، چ اول.
۲۳. زرکشی، بدرالدین محمد ابن عبدالله، البرهان، چ ۱، بیروت، دارالمعرفة، ۱۴۱۰.
۲۴. سید بن طاووس، مهج الدعوات و منهج العبادات، ابوالقاسم سید علی بن موسی، انتشاراتدار الذخائر، قم، اول، ۱۴۱۱ قمری، (نسخه عکسی از چاپ ۱۳۲۳ قمری است).
۲۵. السیوطی، جلال‌الدین عبدالرحمن ابن ابی‌بکر، الدرّ المشور فی تفسیر الماتور، دارالفکر، بیروت، ۱۴۱۴ ق.
۲۶. سیوطی، جلال‌الدین، الاتقان فی علوم القرآن، منشورات رضی، قم.
۲۷. الشحات، علی احمد، الاعجاز الطبی فی القرآن الکریم الطب الوقائی، القاهرة، المؤسسة العربية الحديثة.
۲۸. طباطبایی، محمد حسین، تفسیر المیزان، ترجمه‌ی موسوی همدانی، قم، انتشارات جامعه مدرسین، ۱۳۶۳ ش.
۲۹. طبیب، سید عبدالحسین، اطیب البیان فی تفسیر القرآن، انتشارات اسلام، تهران، ۱۳۷۸ ش، دوم.
۳۰. عباسی نژاد، محسن، (و همکاران)، راهنمای پژوهش در قرآن و علوم روز (۱)، قرآن و طب، بنیاد پژوهش‌های قرآنی حوزه و دانشگاه، تهران، ۱۳۸۴، چ اول.
۳۱. علامه مجلسی، (مجلسی دوم) محمد باقر، بحارالانوار الجامعة لدرر الاخبار الائمة الاطهار علیهم‌السلام، مؤسسه الوفاء بیروت، لبنان، بی‌نو ۱۴۰۴ قمری.
۳۲. فراهیدی، خلیل بن احمد، العین، انتشارات اسوه، قم، چ اول.
۳۳. فیروز آبادی، محمد یعقوب، القاموس المحيط، دار الکتب العلمیه، بیروت ۱۴۲۰ هـ، اول.
۳۴. القرآن والعلوم، الدهان، سعید ناصر، کربلا، مؤسسه الاعلمی للمطبوعات، ۱۳۸۵ ق.
۳۵. قرطبی، ابو عبدالله، الجامع لاحکام القرآن، دارالکتب العلمیه، بیروت، ۱۴۱۷ ق.
۳۶. قرقوز، احمد (عبد الحمید دیاب)، مع الطب فی القران الکریم، دمشق، مؤسسه علوم القرآن و منشورات الرضی - زاهدی، قم ۱۴۰۴ ق، ۲۰۴ ص.
۳۷. المتقی الهندی البرهان فوری، علاء‌الدین علی بن حسام‌الدین، کنز العمال فی سنن الأقوال و الأفعال، تحقیق، بکری حیانی / صفوة السقا، بی‌جا، مؤسسه الرساله، پنجم، ۱۴۰۱ ق.
۳۸. مجمع البیان، فضل بن حسن طبرسی، بیروت، موسسه الاعلمی، ۱۴۱۵ ق.

۳۹. مجموعه چکیده ۴۰ سخنرانی، همایش نقش دین در بهداشت روان، ش ۳۱، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران.
۴۰. محمد بن إسحاق أبو الفرج الندیم، الفهرست، دار المعرفة، بیروت، ۱۳۹۸ - ۱۹۷۸.
۴۱. مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن، انتشارات بنگاه ترجمه و نشر کتاب، تهران، چ اول.
۴۲. مطهری، مرتضی، انسان کامل، انتشارات صدرا، تهران.
۴۳. مطهری، مرتضی، قرآن در قرآن انتشارات صدرا، تهران.
۴۴. مطهری، مرتضی، مساله حجاب، انتشارات صدرا، تهران.
۴۵. مطهری، مرتضی، تعلیم و تربیت در اسلام، انتشارات صدرا، تهران.
۴۶. مطهری، مرتضی، آشنایی با قرآن، انتشارات صدرا، تهران.
۴۷. مطهری، مرتضی، بیست گفتار، انتشارات صدرا، تهران.
۴۸. معین، محمد، فرهنگ فارسی، امیر کبیر، یازدهم، تهران، ۱۳۷۶ ش.
۴۹. مفردات الفاظ القرآن، حسین بن محمد راغب، چاپ دوم، تهران، المكتبة المرتضویة، ۱۳۶۲ ش.
۵۰. مفید، محمد بن محمد بن نعمان، تصحیح الاعتقاد، کنگره جهانی هزاره مفید قم، دوم، ۱۴۱۳ هـ.ق.
۵۱. مقایس اللغه، ابن فارس، مکتبه الاعلام الاسلامی، قم، ۱۴۰۴ ق.
۵۲. مقدمه ابن خلدون، دار الحیاء التراث العربی، بیروت.
۵۳. مکارم شیرازی و جمعی از نویسندگان، ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۴ ش، ۲۷ جلدی.
۵۴. من علم الطب القرآنی، الشریف، دکتر عدنان، دار العلم للملایین، بیروت، ۱۹۹۰ م.
۵۵. میرسلیم، سید مصطفی، دانشنامه جهان اسلام، دایرةالمعارف اسلامی، ۱۳۷۵.
۵۶. نجاتی، محمد عثمان، قرآن و روانشناسی، ترجمه عباس عرب، مشهد، بنیاد پژوهش‌های اسلامی آستان قدس رضوی، ۱۳۶۷ ش.