

مبانی بهداشت و سلامت در قرآن

دکتر حسینعلی علایی* (پزشک و فارغ‌التحصیل تخصصی تفسیر)
حجت‌الاسلام حسن رضا رضایی* (کارشناسی ارشد تفسیر و علوم قرآن)

چکیده

نوشتار حاضر، به مبانی سلامت، بهداشت و پزشکی در قرآن می‌پردازد. نویسنده با برشمردن برخی از مبانی بهداشت و سلامت نشان داده که قرآن برای بیان جزئیات مقوله سلامت و پزشکی مردم نازل نشده است و امکان عقلی آن نیز وجود ندارد، ولی کلیات و مبانی و اصول آنها را بیان کرده است؛ زیرا این اصول و مبانی در راستای هدایت انسان است. هدایت مردم زمانی میسر است که مردم سالم و تندرست باشند. جامعه‌ای بیمار جامعه را کد است، اما دین اسلام دین حرکت و رشد و بالندگی است، به عبارت دیگر، سلامت، در متن دین نهفته است که از برخی آیات و احادیث استفاده می‌توان آن را به اثبات رساند. در این مجموعه به برخی مبانی مانند: عدم توجه به بهداشت مساوی با مرگ تدریجی، امر به معروف در مسئله بهداشت، بدن ابزاری برای روح، میانه‌روی در بهداشت، رشد علوم پزشکی و عدم تسلط دشمن، بدن در تسخیر روح و... اشاره شده است.

کلید واژگان: قرآن، مبانی، بهداشت، سلامت، پزشکی.

مفهوم شناسی

«مبانی» در لغت به معنای «شالوده و اساس» یک چیز آمده است (راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن، ۲۵۲/۱). مبانی همان پایه‌هایی است که پذیرش و باور آنها مسلم انگاشته شده است و بدون پذیرش همه یا برخی از آنها، قواعد تفسیری متفاوت می‌شود. مبانی، همان پیش فرض‌های بنیادین است (ر.ک: مؤدب، مبانی تفسیر قرآن، ۴۰). «پزشکی» در زبان فارسی به معنای «دانشی برای مداوای بیماران» است. (حسن عمید، فرهنگ فارسی عمید، لغت‌نامه دهخدا، فرهنگ بزرگ سخن، انوری، ذیل واژه پزشکی) از این تعریف استفاده می‌شود که این واژه برای درمان بیماری‌های جسم و روح و روان نیز به کار می‌رود.

درمان، به معنای علاج و دارو است و به منظور رفع حالت بیماری روحی و جسمی صورت می‌گیرد. (لغت‌نامه دهخدا، ذیل واژه درمان) امروزه درمان را به دو دسته تقسیم می‌کنند: یکی درمان خود بیماری و دیگری درمان پیشگیرانه که در اصطلاح بهداشت (hygiene) نامیده می‌شود (صانعی، پاکیزگی و بهداشت در اسلام، ص ۹).

«بهداشت» در لغت به معنای نگه داشتن، تندرستی و پیشگیری آمده است. (معین، فرهنگ فارسی، ذیل واژه بهداشت) در عربی با واژه‌های وقایة الجسم، (العین، ذیل واژه وقی: ووقاه الله وقایة بالكسر: حفظه، ومنه اللهم اجعله وقایة لمحمد ﷺ) حفظ الصحة، (مجلسی، بحار الانوار، ۷۸/۵۹) سلامة الجسم، (همان، ۱۷۵/۷۸) صحة البدن (قطب‌الدین راوندی، الدعوات، ۸۱) و العافیة (ابن منظور، لسان العرب، ذیل واژه العافیة) از آن تعبیر می‌شود.

در اینجا به برخی از مبانی سلامت و بهداشت که در قرآن مطرح شده را بیان می‌کنیم:

۱. مرگ تدریجی نتیجه عدم توجه به بهداشت و سلامت

بیشتر مرگ و میرهای جهان سوم بر اثر عدم رعایت بهداشت (فردی، جمعی، مادر، محیط، کودک، تغذیه، جنسی، و...) (بهداشت برای خانواده، ص ۲۱) اتفاق می‌افتد. قرآن با صراحت از رفتن به سوی مرگ نهی می‌کند: ﴿وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ﴾ (بقره/ ۱۹۵).

شیخ طوسی هر عملی را که عواقبش هلاکت و نیستی باشد مصداق آیه فوق می‌داند (تفسیر تبیان، ۱۵۱/۲)؛ برای مثال، شروع به جنگی که قدرت بر دفاع نباشد (همان)، فقر زیاد (طالقانی، پرتوی از قرآن، ۸۶/۲)، احسان بیش از ظرفیت (همان)، مصداق آیه و نوعی رفتن به سوی مرگ است (بلاغی، الاء الرحمن ۱۶۷/۱ و مرحوم طیب، ۳۶۱/۲). نیز قلمرو آیه را به مورد خاصی محدود نکرده‌اند و تفسیری عام از آن به دست داده‌اند. آیت الله مکارم شیرازی نیز عدم جواز عبور از جاده خطرناک و بدون وسائل ایمنی در هوای بد یا خوردن غذایی که به احتمال قوی آلوده به سم است از مصادیق آیه دانسته‌اند (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۳۶/۲)؛ از این رو، عدم رعایت بهداشت و بی‌توجهی به سلامتی و عدم مراجعه به پزشک مساوی با حرکت به سوی مرگ تدریجی است که مصداق آیه فوق است و قرآن آن را منع کرده است.

۲. امر به معروف در امر بهداشت و سلامت مردم

امر به معروف در اسلام از جایگاه خاصی برخوردار است و برای آن مصداق خاصی مشخص نشده است. راغب اصفهانی می‌نویسد: «معروف» هر فعلی است که خوبی آن به وسیله عقل یا شرع شناخته شود. (مفردات، ذیل واژه عرف). قرآن معروف را به خیر تفسیر می‌کند: ﴿وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ﴾ (آل عمران/۱۰۴)؛ «و باید از میان شما، گروهی (مردم را) به سوی نیکی دعوت کنند، و به [کار] پسندیده فرمان دهند...». امر به معروف هر چند واجب کفایی است (المیزان، ۳۷۳/۳)، شامل هر عمل خیری می‌شود. در احادیث به اصل امر به معروف تأکید فراوان شده و از جهاد فی سبیل الله برتر معرفی گردیده است (نهج البلاغه، کلمات قصار، ۳۷۴) و کسانی که به امر به معروف می‌پردازند جانشین خدا و رسول معرفی کرده‌اند. (طبرسی، مجمع‌البیان، ۸۰۷/۲). دانشمندان گذشته و حال دایره امر به معروف را محدود نگرفته‌اند؛ برای مثال، ضیاء الدین محمد بن محمد معروف به ابن اخوه از محدثان شافعی مصر (۶۴۸ ق/۱۲۵۰م) در آخر کتابش با عنوان «معالم القربة فی احوال الحسبه» به بهداشت عمومی، امور و وظایف

پزشکان اشاره دارد و با استفاده از احادیث نبوی، فراگیری علوم پزشکی را واجب کفایی می‌داند (ابن اخوه، معالم القربه فی احوال الحسبه، ص ۲۵۴). وی امر به معروف در زمینه سلامت و بهداشت مردم را مورد تأکید قرار داده، می‌نویسد: اگر در مغازه لبنیات فروشی مگس فراوان و درب ظروف ماست و شیر باز و لباس فروشنده کثیف باشد، امر به معروف لازم است (همان).

با ملاحظه طب نبوی و طب الصادق و طب الرضا و رساله ذهبیه در می‌یابیم توصیه‌های بهداشتی معصومان علیهم‌السلام ارشادی و در راستای امر به معروف و نهی از منکر بوده است؛ زیرا دعوت مردم به سلامتی بهترین معروف و خیر است.

۳. میانه‌روی در بهداشت

میانه‌روی از مبانی بهداشت قرآنی است. واژه‌شناسان اسراف را تجاوز از حد در تمامی کارهای انسان (راغب، مفردات، ذیل واژه سرف) و مکارم شیرازی مصرف زیاد و زیاده‌روی در کمیت و کیفیت و بیهوده‌گرایی و اتلاف در مال (مکارم شیرازی، نمونه، ۱۴۹/۶) و شیخ طوسی خروج از حد وسط را اسراف می‌نامند (طوسی، تبیان ۳۸۶/۴). قرآن کریم عمل اسراف را از گناهان کبیره معرفی کرده است (غافر/۴۳؛ آل عمران/۱۴۷) و به بیش از ۲۰ مورد از مصادیق آن را اشاره دارد؛ مانند: خوردن (انعام/۱۴۱؛ اعراف/۳۱) فسادگری (شعراء/۱۵۱-۲) اسراف در نفس (زمر/۵۳) مصرف مال یتیم (نساء/۶) قتل و قصاص (مائده/۳۲؛ اسراء/۳۳) همجنس‌گرایی (اعراف/۸) فراموشی خدا (یونس/۱۲)، مقابله با پیامبران (یس / ۱۸-۱۹). در احادیث تأکید شده که استفاده از هر چیزی که به صلاح و سلامتی بدن باشد، اسراف نیست، بلکه اسراف زمانی است که به بدن ضرر برساند (برهان، ۵۳۲/۲). مکارم شیرازی از آیه **﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا﴾** (اعراف/۳۱) رعایت تغذیه و عدم اسراف و ضررهای آن را بیان می‌کند. (نمونه، ذیل آیه) علامه طباطبایی ذیل **﴿أَسْرِفُوا عَلٰی أَنْفُسِهِمْ﴾** (زمر/۵۳) اسراف بر نفس را تجاوز بر نفس می‌داند (طباطبایی، المیزان ۱۷ / ۲۷۸)؛ از این‌رو، اسراف و زیاده‌روی در مسائل بهداشتی مانند شستشوی بیش از حد

(وسواس) زیاده‌روی در مسواک زدن، زیاده‌روی در تغذیه، زیاده‌روی در مسائل جنسی و... با مبانی و اصول قرآنی یا سازگار است: «خیر الامور اوسطها» (مجلسی، بحارالانوار ۶۰/۶۹).

۴. تلاش برای رشد علوم پزشکی و جلوگیری از تسلط دشمن

یکی از شگردهای تسلط دشمن بر مسلمانان، تسلط به بهانه فقر علمی و نیازهای اقتصادی، فرهنگی و نظامی و بهداشتی می‌باشد؛ زیرا از این طریق می‌تواند به خواسته‌های خود برسد. خداوند خطاب به پیامبر ﷺ اشاره می‌کند که دشمن (یهود و نصاری) شما را ضعیف و تابع می‌خواهد: ﴿وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ﴾ (بقره/۱۲۰) و در آیه‌ای دیگر به صراحت به عدم تسلط دشمن بر مسلمانان اشاره می‌کند: ﴿وَلَنْ يَجْعَلَ اللَّهُ لِلْكَافِرِينَ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ سَبِيلًا﴾ (نساء/۱۴۱)؛ «و خداوند هرگز کافران را بر مؤمنان تسلطی نداده است». از آنجا که کلمه «سبیل» نکره و در سیاق نفی است و معنای عموم را می‌رساند، از آیه استفاده می‌شود که کافران نه تنها از نظر منطق، بلکه از نظر نظامی، سیاسی، فرهنگی، اقتصادی و... بر افراد با ایمان چیره نخواهند شد؛ از این‌رو، لازم است که مسلمانان در مسئله علوم بهداشتی و پزشکی به حدی برسند که راه تسلط دشمن را سد نمایند. امام خمینی رحمه الله در این باره می‌فرماید:

«اگر خطر تسلط سیاسی و اقتصادی دشمن بر حوزه اسلام تا جایی باشد که دشمن، جامعه اسلامی را به اسارت سیاسی و اقتصادی خود بکشاند و موجب سستی اسلام و مسلمانان شود و آنان را ضعیف سازد، در این صورت بر مسلمانان واجب است با وسائل آنچه شبیه دشمن دارند، از خود دفاع کنند» (امام خمینی، تحریر الوسیله، ۴۴۵/۱). نکته جالب توجه آن است که حوزه بهداشت و نیازهای آن از مواردی است که زمینه‌ساز تسلط دشمن است که نباید اجازه دهیم بر ما تسلط یابند.

۵. هدایت و کمال بشر در پرتو سلامت

یکی از اهداف نزول قرآن هدایت و تربیت معنوی بشر است: ﴿وَهْدَىٰ لِلنَّاسِ﴾ (انعام/۹۱) و این هدایت بدون سلامتی بشر ممکن نیست. جامعه بیمار و مملو از مرض و

عدم رعایت اصول بهداشت و سلامت نمی‌تواند مایه سعادت دنیایی و اخروی باشد؛ از این‌رو، در اسلام شاهد احکامی هستیم که رابطه مستقیم با سلامتی اعضاء و جوارح دارد؛ مانند: وضو برای نماز، امساک از غذا در روزه، رو به قبله ایستادن، غسل، نخوردن غذاهای حرام، و... (ر. ک: اهتمام، فلسفه احکام، ج ۲). قرآن با سه مقوله اخلاقی، احکام و عقاید برای بشر نازل شد و هر سه با بهداشت روان و جسم بشر رابطه دارد و نمی‌توان سلامتی جسم و روان را از احکام و اخلاق جدا کرد. همان‌طور امام سجاده علیه السلام در دعای صحیفه سجادیه فرمودند: «وَأَرْزُقْنِي صِحَّةً فِي عِبَادَةِ (دعای ۲۰۰)؛ خدایا سلامتی را روزی من قرار ده تا بتوانم عبادتت نمایم».

۶. بهره‌گیری از جهان هستی به عنوان اسباب الهی در سلامت

با بررسی آیات الهی درمی‌یابیم خداوند مخلوقی را که با کمک اسباب و وسایل مادی خلق کرده باشد با صیغه جمع مطرح می‌کند، برای مثال، درباره خلقت انسان‌ها می‌فرماید: «نَحْنُ خَلَقْنَاكُمْ» (واقعۀ ۵۷)؛ «ما شما را خلق کردیم»، در حالی که نقش پدر، مادر، تغذیه و... به عنوان وسایل و اسباب در خلقت انسان قابل انکار نیست. همچنین درباره نزول باران می‌فرماید: «وَأَنْزَلْنَا مِنَ السَّمَاءِ مَاءً» (مؤمنون/ ۱۸)؛ «ما از آسمان آبی را نازل کردیم» قطعاً نزول باران از آسمان علاوه بر قدرت خداوند، نیازمند اسباب دیگری از قبیل خورشید، ابر، دریا، باد، و... می‌باشد؛ به همین سبب خداوند از خودش با صیغه جمع یاد می‌کند تا اشاره نماید اسباب دیگر به عنوان مأمور ویژه خدا در جهان طبیعت ایفای نقش می‌کنند.

امام صادق علیه السلام در حدیثی به فعل خدا همراه با اسباب اشاره لطیفی دارد و می‌فرماید: «أَبَى اللَّهُ أَنْ يَجْرِيَ الْأَشْيَاءُ إِلَّا بِالْأَسْبَابِ فَجَعَلَ لِكُلِّ شَيْءٍ سَبَباً؛ خدا ابا داشته و نمی‌پسندد که چیزها را جاری و برقرار گرداند؛ مگر به وسیله اسباب و دست‌آویزها، پس برای هر چیزی سببی قرار داد» (مجلسی، بحار الأنوار، ۲ / ۹۰).

در حدیثی آمده است، زمانی که حضرت موسی علیه السلام بیمار شد، به پزشک مراجعه نکرد و از دارو استفاده نمودند، بلکه شفای خود را از خدا طلب کرد. خداوند خطاب به ایشان

فرمود: شفای من در پزشک و داروست. اینها اسباب شفای من هستند تا از آنها استفاده نکنی، شفایی از طرف ما نیست (همان، ۲۱۱/۸۱). کره ماه، خورشید و مخلوقات دیگر جزء اسباب الهی در سلامتی انسان هستند که هیچ کس قادر به انکار تأثیر آنها در سلامتی نیست. حتی رنگ‌های سبز و زرد در نشاط و روان انسان دارای تأثیر هستند؛ در نتیجه، طبیعت و جهان خلقت تأثیر مستقیم در سلامت انسان دارد و ضرورت دارد از آنها به صورت شایسته و بهینه استفاده شود.

۷. لزوم حفظ بدن به عنوان امانت الهی

اعضاء و جوارح انسان امانت الهی هستند. در قرآن آمده است: ﴿أَمَّنْ يَمْلِكُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ...﴾ (یونس/۳۱) «یا چه کسی صاحب اختیار گوش [ها] و چشم‌هاست؟» «ام» در آیه منقطعه است، یعنی مالکیت اعضای انسان در دست خداست و انسان امانت دار است. نیز آمده است: ﴿بَلْ لَهُ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ كُلُّ لَه قَانِتُونَ﴾ (بقره/۱۱۶) و ﴿أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ...﴾ (بلد/۸ و ۹). امام خمینی رحمته الله جراحات متنابه شخص بر بدن را حرام می‌داند (استفتائات امام خمینی، ج ۳، ص ۵۸۰) حتی خوردنی‌هایی که به بدن ضرر داشته باشد را حرام می‌شمرد (تحریر الوسیله، ج ۳، ص ۲۷۳) و بدن و اعضا و جوارح را امانت الهی تلقی می‌کنند و معتقدند انسان در سلامتی و حفظ آن کوشا باشد. (امام خمینی، جهاد با نفس یا جهاد الاکبر، ص ۶۱)

۸. تلاش برای رسیدن به قله‌های علوم پزشکی، بهداشت و سلامت

حرکت به سوی بی‌نهایت، یکی از دغدغه فکری بشر است.

امام صادق علیه السلام کسی را که دو روزش مساوی باشد مغبون و فریب خورده می‌نامد. (صدوق، أمالی، ۶۶۸) قرآن در مسئله نظامی خواهان برتری مسلمانان در تمام زمینه‌ها (نیروی انسانی، نظامی، اسلحه و...) می‌باشد: ﴿وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ﴾ (انفال/۶۰)؛ «و هر چه در توان دارید، از نیرو و از اسب‌های آماده برای (مقابله با) آن (دشمن) ان، آماده سازید». کلمه «قوة» نه تنها وسائل جنگی

و سلاح‌های مدرن هر عصری را در بر می‌گیرد، بلکه تمام نیروها و قدرت‌هایی را که به نوعی در پیروزی بر دشمن اثر دارد، شامل می‌شود و اعم از نیروهای مادی و معنوی است. از قدرت‌های اقتصادی، فرهنگی، سیاسی نیز که در مفهوم «قوة» مندرج هستند و نقش بسیار مؤثری در پیروزی بر دشمن دارد، نیز نباید غفلت کرد (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه ۲۲۳/۷).

در روایات اسلامی برای کلمه «قوة» تفسیرهای گوناگونی شده که از وسعت مفهوم این کلمه حکایت می‌کند؛ مثلاً در بعضی از روایات می‌خوانیم که پیامبر ﷺ فرمود: منظور از قوة «تیر» است و در روایت دیگری آن را هر گونه از اسلحه می‌داند. و تفسیر عیاشی منظور از آن را شمشیر و سپر بیان شده است (حویزی، تفسیر نورالثقلین، ۱۶۴/۲ و ۱۶۵). یکی از مصداق‌های قوة در آیه آن است که مسلمانان موهای سفید را به وسیله رنگ سیاه کنند! (همان)؛ یعنی اسلام حتی رنگ موها را که به سرباز بزرگسال چهره جوان‌تری می‌دهد تا دشمن مرعوب گردد، از نظر دور نداشته است، لذا واژه «قوه» عام است و شامل تمامی موارد از جمله علوم پزشکی و بهداشت، اقتصاد، فرهنگ، سیاست و... می‌شود.

۹. توجه به آزمایش بودن بیماری

خداوند یکی از اهداف خلقت را در عرصه گیتی، آزمایش بندگان می‌داند و بر همین مبنا بر آن مردم را به بلیات و مصائب دنیا می‌آزماید. قرآن در این باره می‌فرماید: ﴿وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ﴾ (بقره/۱۵۵؛ ر.ک: ص ۴۱)؛ «و قطعاً [همه] شما را به چیزی از ترس و گرسنگی و کاهشی در ثروت‌ها و جان‌ها و محصولات آزمایش می‌کنیم و به شکیبایان مژده ده». استفاده صحیح از بدن و حفظ آن از بیماری و تلاش برای سلامتی و... یکی از امتحان‌های الهی می‌باشد که اکثر مردم از آن غافل‌اند (ر.ک: طبرسی، مجمع البیان، ۱ / ۴۳۶).

برخی از مفسران از آیه ﴿وَلَوْلَا هُمْ بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ﴾ (اعراف/۱۶۸)؛ استفاده کردند که مراد از حسنات... صحت بدن است که مورد امتحان قرار گرفته می‌شود. (اطیب البیان، ۱۹/۶ و ۱۰۶) بیماری حضرت سلیمان عليه السلام و شفا گرفتن وی از باب امتحان بوده است (ص/۳۴).

۱۰. تغذیه، اصلی‌ترین نیاز بدن

یکی از نیازهای اصلی بدن، تغذیه است و در قرآن به تغذیه توجه خاصی شده است؛ برای نمونه، چهار بار «فلینظر» آمده است که دو بار آن به کیفیت غذا (عبس/۲۴؛ کهف/۱۹) و یک بار آن به خلقت (طارق/۵) و چهارمی به اعمال (حج/۱۵) اشاره دارد؛ یعنی بین خلقت بشر و خوردن غذا و اعمال او رابطه مستقیمی است.

در قرآن به برخی از موارد تغذیه قسم یاد می‌کند (تین/۱) که نشان از اهمیت آنهاست. همچنین از آیات قرآن استفاده می‌شود که نوع غذا در رفتار و اعمال انسان اثر دارد: ﴿يَا أَيُّهَا الرُّسُلُ كُلُوا مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَاعْمَلُوا صَالِحاً إِنِّي بِمَا تَعْمَلُونَ عَلِيمٌ﴾ (مؤمنون/۵۱) و در سوره‌ای دیگر برخی از غذاها را رَجَس نامیده است: ﴿...إِلَّا أَنْ يَكُونَ مَيْتَةً أَوْ دَمًا مَسْفُوحاً أَوْ لَحْمَ خَنزِيرٍ فَإِنَّهُ رَجَسٌ أَوْ فِسْقاً أُهِلَّ لِغَيْرِ اللَّهِ بِهِ...﴾ (انعام/۱۴۶)؛ «جز اینکه مرداری باشد یا خون ریخته شده یا گوشت خوک چرا که این (ها) پلید است، یا (حیوانی که) از روی نافرمانی، [به هنگام سر بریدن، نام] غیر خدا بر آن بانگ زده شده است».

رجس به معنای پلید آمده و در مجمع‌البیان از زجاج نقل شده که رجس نام هر کار تنفرآور است (طبرسی، مجمع‌البیان، ۵۸۵/۴) در قرآن مجید چیزها و کارهایی که با رجس توصیف شده، به قرار زیر است: خمر، قمار و بت‌ها (مائده/۹۰)، ميته، خون و گوشت خوک (انعام/۱۴۵)؛ از این‌رو، تغذیه یکی از اساسی‌ترین رکن تشکیل جسم و رابطه نزدیک با اعمال انسان دارد.

عدم تحمیل مطالب حدسی بر قرآن در زمینه پزشکی و بهداشتی

علوم پزشکی حاصل کاوش‌ها و تجربه‌های بشری است که در طی قرن‌ها بر هم انباشته شده است. برخی از قضایای علوم پزشکی به معنای قطع روانشناختی قطعی است؛ یعنی گاهی گزاره علمی از راه مشاهده یا به وسیله قراین دیگر بدیهی تلقی می‌گردد؛ همچون خوردن خون که در عصر ما بدیهی شده است. همان‌طور که گاهی انسان به وسیله قراین خارجی یا دلایل عقلی که مطلب را پشتیبانی می‌کند، در مورد یک گزاره علمی به قطع می‌رسد.

در تفسیر علمی بین علوم پزشکی قطعی و نظریه‌های حدسی تفاوت گذاشته می‌شود و استفاده از نوع دوم در تفسیر علمی قرآن صحیح نیست؛ چرا که نظریه‌های حدسی گاهی صدها سال در حوزه علم می‌ماند، سپس تغییر می‌کند، (همچون نظریه بطلمیوسی (ptomaos - قرن دوم م) در مورد اینکه زمین مرکز جهان است و خورشید و ستارگان در هفت فلک به دور آن می‌چرخند. این نظریه حدود چهارده قرن بر فکر بشر سایه افکنده بود. سپس توسط کپلر، کپرنیک و گالیله دگرگون شد و دیدگاه کنونی یعنی حرکت زمین به دور خورشید جای آن را گرفت) پس نمی‌توان تفسیر قرآن را بر آنها بنا نهاد.

عدم استخراج تمامی علوم بهداشت و پزشکی از ظواهر آیات قرآن

از ظاهر برخی از آیات استفاده می‌شود که علوم بسیاری از جمله پزشکی در قرآن موجود است، ﴿وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تَبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ﴾ (نحل / ۸۹)، اما همه علوم بشری در ظواهر آن وجود ندارد؛ چرا که اولاً چنین ادعایی خلاف بداهت است. و ثانیاً اگر چنین ادعایی درست باشد، می‌بایست یک قرآن چند صد جلدی نازل می‌شد. ثالثاً بررسی آیات پزشکی قرآن نشان از آن دارد که به عمده مطالب آناتومی و فیزیولوژی بدن اشاره شده است. رابعاً مفسران ذیل آیه فوق اشاره کرده‌اند که این آیه نیز قید لُبی دارد؛ یعنی هر چیزی که در رابطه با هدایت بشر است، در قرآن موجود است (ر.ک: طباطبایی، المیزان، ۳۲۵؛ طبرسی، مجمع البیان، ۲۹۸/۴؛ زمخشری، الکشاف، ۲۱/۲ و ۳۱). بنابراین، همان‌طور که گذشت، استخراج تمامی علوم بهداشت و پزشکی از قرآن صحیح نیست که برخی‌ها چنین ادعای کردند. دیدگاه افراطی درباره مسائل علمی قرآن ریشه در قرن پنجم دارد. ابوحامد غزالی در کتاب احیاء العلوم (۲۶۰/۱)، زرکشی در کتاب البرهان فی علوم القرآن (۱۸۱/۲)، ابوالفضل مرسی (ذهبی، التفسیر والمفسرون، ۳۳۶/۲-۳۴۰) جلال الدین سیوطی در کتاب الاتقان فی علوم القرآن (۳۹۶/۲) طرفداران تحمیل علوم بر قرآن هستند (رضایی اصفهانی، درآمدی بر تفسیر قرآن، ۲۹۲-۳۰۲). برخی از مفسران معاصر مانند سر سید احمد خان هندی (۱۸۹۸ م) مؤلف تفسیر القرآن هو الهدی والفرقان و عبدالمنعم جمالی در

التفسیر الفرید، عبده در المنار، رافعی، اسکندرانی، طنطاوی، احمد حنفی، عبدالرزاق نوفل طرفداران وجود همه علوم یا تحمیل برخی از علوم بر قرآن هستند (ذهبی، التفسیر والمفسرون، ۲/۳۳۳-۴۲۴؛ بابایی و دیگران، روش‌شناسی تفسیر، ۳۶۷-۳۷۳).

۱۳. لزوم پذیرش سازگاری بین قرآن و علوم پزشکی و بهداشت

در آیات بسیاری به مسئله بهداشت و سلامت اشاره شده است. احکام تکلیفی اسلام نیز با سلامت انسان مرتبط است. قطعاً همان خدایی که انسان را خلق و قرآن را نازل نموده، بین این دو رابطه سازگارانه نیز برقرار کرده است.

البته برخی تعارضات ظاهری و ابتدایی بین قرآن و پزشکی ادعا یا توهم شده که با تأمل و دقت در آیات و علوم پزشکی و بهداشت مرتبط برطرف می‌شود؛ لذا تعارض مستقر و حقیقی بین قرآن و علم وجود ندارد؛ به عبارت دیگر، باید یا در تفسیر خود شک نماییم یا در نظریه علمی تردید نماییم (ر.ک: رضایی اصفهانی، تعامل علوم و قرآن).

۱۴. سلامتی، موافق کرامت انسانی

کرامت انسانی ریشه در ادیان الهی و مکاتب فلسفی دارد. «کریم» از کرم به معنای بخشش و نعمت دادن است. هر گاه خدای تعالی با این واژه وصف شود، اسمی است برای احسان و نعمت بخشیدن: ﴿فَإِنَّ رَبِّيْ غَنِيٌّ كَرِيْمٌ﴾ (نمل/۴۰) و هر گاه انسان با واژه «کرم» وصف شود، اسمی است برای اخلاق و افعال پسندیده‌ای که از او ظاهر می‌شود تا وقتی که اخلاق و رفتار پسندیده ظاهر نشود و به کار نمی‌رود (راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن، ۱۲/۴).

واژه کریم در قرآن به معانی متعدد آمده است:

۱. کریم به معنای بزرگوار و ارجمند که برای جبرئیل به کار رفته است (تکویر/۱۹؛ حاقه/۴۰)؛
۲. کریم به معنای کسی که خود را بزرگوار می‌پندارد (دخان/۴۹)؛
۳. صفت پروردگار تبارک و تعالی که آمرزنده گناهان است (مؤمنون/۱۱۶؛ نمل/۴۰)؛
۴. به معنای گرامی داشته شده و برتری یافته (اسراء/۶۲ و ۷۰، فجر / ۱۵).

کرامت انسانی عبارت است از اینکه انسان‌ها، عزیز، شریف و ارجمندند و معیارهایی چون رنگ، نژاد، زبان، جغرافیا، طبقه اجتماعی و... در آن دخالتی ندارد. آفرینش هیچ موجودی عبث و بی‌هدف نیست و انسان دارای شرافت و کرامت ذاتی و شایسته خلافت الهی است.

داشتن حق حیات و سلامتی یکی از حقوق طبیعی انسان است که خداوند به بشر ارزانی داشته است. و موافق کرامت انسانی است. و هر موجودی حتی حیوانات و گیاهان نیز از حق حیات و سلامت برخوردارند.

خداوند می‌فرماید: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا﴾ (اسراء/۷۰)؛ «و بیقین فرزندان آدم را گرامی داشتیم؛ و آنان را در خشکی و دریا، (بر مرکب‌ها) سوار کردیم؛ و آنان را از پاکیزه‌ها روزی دادیم؛ و ایشان را بر بسیاری از کسانی که آفریدیم، کاملاً برتری دادیم».

پیام آیه را می‌توان در چند نکته بیان کرد:

۱. انسان برتر از فرشته است، زیرا مسجود فرشتگان است.
۲. توجه انسان به مقام و کرامت خود، سبب شکر و دوری از کفران است.
۳. نه تنها حضرت آدم علیه السلام، بلکه نسل انسان مورد کرامت و برتری و گرامیداشت است.
۴. تفاوت انسان با جانداران دیگر و برتری او، بسیار زیاد است (حکیمی، الحیاة، ۶۸۹/۱). آیت الله مکارم شیرازی در ذیل آیه ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ (تین/۴) می‌نویسد: خداوند انسان را از هر نظر موزون و شایسته آفرید؛ هم از نظر جسمی و هم از نظر روحی و عقلی؛ چراکه هرگونه استعدادی را در وجود او قرار داده و او را برای پیمودن قوس صعودی بسیار عظیمی آماده ساخته است تا اینکه شایستگی کرامت را یافته است (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۱۲ / ۱۹۶).

بیماری و نقص اعضاء با کرامت و عزت انسان سازگاری ندارد. انسان سالم و تندرست می‌تواند با عزت و کرامت زندگی کند و عهده دار امانت الهی باشد.

۱۵. انسان سالم و تندرست، مطلوب خداوند

از آیات قرآن استفاده می‌شود که انسان به زیباترین شکل و سالم‌ترین جسم پا به عرصه طبیعت گذاشته است: ﴿الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ﴾ (سجده/۷)؛ ﴿وَصَوَّرَكُمْ فَأَحْسَنَ صُوَرَكُمْ﴾ (تغابن/۳)؛ ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ﴾ (تین/۴)؛ ﴿فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ﴾ (مؤمنین/۱۴). نقص و بیماری در خلقت خداوند وجود ندارد. خلقت ابتدایی ما که توسط دستگاه خودکار الهی صورت گرفت، از نطفه که منشأ آن صلب و ترائب است تا لایه‌های سه گانه رحم مادر و رشد آن در رحم و تغذیه از خون مادر و تولد و استفاده از شیر مادر و... بی‌عیب و بی‌نقص می‌باشد. هر مشکلی که برای جنین پیش می‌آید یا نتیجه نقص در تغذیه است یا بیماری در پدر و مادر یا اختلال در ژنتیک.

۱۶. رابطه گناه و سلامتی

یکی دیگر از مبانی سلامت در قرآن رابطه گناه با بیماری و سلامتی است. طبیعت نیز از رفتار انسان عکس العمل نشان می‌دهد. خداوند می‌فرماید: برکات آسمان متأثر از اعمال شماست: ﴿وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَىٰ آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِّنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ وَلَكِن كَذَّبُوا فَأَخَذْنَاهُم بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾ (اعراف/۹۶)؛ «و اگر (بر فرض) اهل آبادی‌ها ایمان می‌آوردند و خودنگهداری (و پارسایی) می‌کردند، حتماً برکاتی از آسمان و زمین بر آنان می‌گشودیم؛ ولیکن (آنان حق را) تکذیب کردند؛ پس به خاطر آنچه همواره کسب می‌کردند، گرفتارشان کردیم».

«برکات» جمع «برکت» است. این کلمه در اصل به معنی «ثبات» و استقرار چیزی است و به هر نعمت و موهبتی که پایدار بماند، اطلاق می‌گردد. (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۶/۲۶۶)؛ در نتیجه، سلامتی برکت الهی است که می‌تواند دوام داشته باشد به شرط اینکه تقوا را در زندگی نهادینه شود.

و آیه ﴿وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ﴾ (شوری/۳۰)؛ «و هر مصیبتی به شما رسد پس به خاطر دستاورد شماست» اکثر مفسران بیماری و ضررهای جسمی را نتیجه گناه می دانند (طبرسی، مجمع البیان، ج ۹، ص ۴۷).

۱۷. تأثیر آرامش در سلامتی جسم و روان

آرامش بالاترین سرمایه بشری است که انسان هنوز به اهمیت آن پی نبرده است. قرآن در ۵ آیه به عوامل آرامش بشر اشاره دارد: ۱. همسر: ﴿لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا﴾ (روم/۲۱)؛ ۲. نماز: ﴿إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ﴾ (توبه/۱۰۳)؛ ۳. خدا: ﴿أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (رعد/۲۸)؛ ۴ و ۵. خوابیدن در شب: ﴿وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا﴾ (نبأ/۹) در فرهنگ اسلامی خوابیدن در روز مذموم شمرده شده مگر خواب قیلوله قبل از اذان ظهر (مجلسی، بحار الانوار، ۱۶/۱۱۸). به علاوه، یکی از ثمرات کره ماه، آرامش بخشی و آسایش دهی به انسان ها و حیوانات است، لذا نور ماه آرام بخش ترین نورهاست که تمامی جانداران در سایه آن با آرامی به خواب می روند. دانشمندان اشاره دارند خواب در روز همچون خواب در شب تأثیری ندارد و حتی برای بهداشت بدن مضر است. این آرامش جسمی، آرامش روح و روان را به همراه دارد و مقدمه برای عبادت و معنویت است.

۱۸. بیان شفای جسمی در قالب احکام پیشگیرانه

شفا بودن قرآن در آیات متعددی مطرح شده است: ﴿وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (اسراء/۸۲)؛ «و از قرآن، آنچه را که آن درمان و رحمتی برای مؤمنان است، فرو می فرستیم». در آیه ای دیگر، قرآن شفای دردهای سینه معرفی شده است: ﴿وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ﴾ (یونس/۵۷) «و درمانی برای آنچه در سینه هاست».

واژه «شفاء» به معنای صحت و سلامت است (سید علی اکبر قرشی، قاموس قرآن، ذیل ماده شفاء) و در مقابل آن بیماری، عیب و نقص می آید. هر فردی دارای دو بعد جسمی و روحی است. هر کدام ممکن است در معرض بیماری قرار بگیرد و بیماری در هر بُعد موجب اختلال در کارایی ابعاد دیگر انسان شود؛ لذا می توان بیماری ها را به سه نوع ۱. اعتقادی، ۲. روحی -

روانی، ۳- جسمی تقسیم کرد. قرآن هم برای درمان بیماری‌های اعتقادی از قبیل شرک و کفر (ابراهیم/۵ و ۱؛ مائده/۱۵ و ۱۴) و هم برای درمان بیماری‌های روحی مانند: کبر، غرور، حسد، نفاق، ضعف و ترس، وابستگی کامل به مادیات، شهوت... (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۲۳۹/۱۲) و هم بیماری‌های روانی مانند کاهش اضطراب با قرائت قرآن، (ر.ک: مجموعه مقالات همایش نقش دین در بهداشت روان، ۸۸) و کاهش افسردگی (همان، ۷۹)، دمیدن روح امید، و دوری از یأس (یوسف/۸۷)، قرآن (احزاب/۳ و آل عمران/۱۵۹) و نقش آن در آرامش انسان (اسراء/۲۴ و بقره/۸۳)، حجاب و سلامتی روانی... (نور/۳۱؛ احزاب/۵۹) راهکار بهداشتی بیان داشته است.

همچنین برای درمان بیماری جسمی احکامی را بیان کرده است؛

الف) بهداشت غذایی

خوردن غذاهای پاک (بقره/۱۷۲)، ممنوعیت غذاهای غیربهداشتی (اعراف/۱۷۵)، اسراف نکردن در مصرف غذا (اعراف/۳۱)، دوری از خوردن گوشت مردار (انعام/۱۴۵)، گوشت خوک و خون (بقره/۱۷۳)، شراب (بقره/۲۱۹) و

ب) بهداشت شخصی (جسمی)

وضو، (مائده/۶) غسل، (همان) طهارت لباس، (مدثر/۴) پاکیزگی محیط زیست (حج/۲۶) و... .

ج) بهداشت مسائل جنسی

ممنوعیت آمیزش با زنان در عادت ماهیانه، (بقره/۲۲۲)، دوری از زنا (اسراء/۳۲)، از لواط (اعراف/۸۱ - ۸۰) و از استمناء و... (مومنون/۷ - ۵).

د) غسل و درمان بیماری‌های جسمی (نحل/۶۹ - ۶۸).

هـ) روزه و درمان بیماری‌های جسمی (احزاب/۳۵).

۱۹. باور به قرائت قرآن و تأثیرات آن در شفای بیماری

قرائت قرآن مورد تأکید قرآن (مزمّل/۲۰) و احادیث (مجلسی، بحارالانوار، ۷۴/۲۹۲) است. تأثیر آوای قرآن بر کاهش دردهای جسمی بعد از عمل جراحی (ر. ک. نیکبخت

نصرآبادی، استعانت از قرآن کریم در شفای جسمانی) که امروزه به عنوان یک تئوری در مجامع علمی و پزشکی مطرح است، به اثبات رسیده است.

امام علی علیه السلام در نهج البلاغه به شفای روح و قلب و جسم انسان به واسطه قرآن اشاره می‌کند: «وَأَسْتَشْفُوا بِنُورِهِ فَإِنَّهُ شِفَاءُ الصُّدُورِ؛ از نور (قرآن) شفاء و بهبودی خواهید که شفای سینه‌های بیمار است» (نهج البلاغه، خطبه ۱۱۰). امام علی علیه السلام قرآن را وسیله شفاء بخش می‌نامد: «قرآن شفای سینه‌هاست» (همان، خطبه ۱۸۹).

در یک تحقیق پزشکی، تجهیزات پزشکی را بر روی مجموعه تعدادی بیمار روانی مسلمان و غیر مسلمان متصل کردند آن گاه مدتی تلاوت قرآن را برای آنها پخش کردند. بعد از مدتی دستگاهای روان سنجی که به مغز آنها متصل بود، نشان داد که فشار روانی بر روی این افراد کم شده است.

در یک تحقیق علمی که در آمریکا منتشر شد، ثابت شد که تلاوت قرآن اثر شگرفی بر حالت مزاجی فرد دارد و نقش عمده‌ای در کاهش مشکلات و بیماری‌های روانی بازی می‌کند. همچنین اثبات شده است که قرآن بر کاهش اضطراب تأثیر دارد. در این تحقیقات آمده است که این تأثیر ناگهانی و کاهش یک باره مشکلات در این افراد، نتیجه جالبی بود که نظیر آن را در هیچ‌یک از درمان‌های روانی نمی‌توان یافت (ر.ک: سایت ابنا).

پروفسور وان درهوون می‌گوید: «بررسی‌ها نشان می‌دهد که قرائت منظم قرآن، از انسان در مقابل تمامی مشکلات روانی دفاع می‌کند و نیز نقش مهمی در معالجه بیماری‌های روانی دارد. بسیاری از بیمارانی که با روش من تحت درمان قرار گرفتند، غیر مسلمان هستند و بیشتر آنها نمی‌توانند به زبان عربی تکلم کنند؛ لذا ما به آنها کیفیت تلفظ صحیح لفظ جلاله «الله» را آموزش می‌دهیم. پس از تمرین و فراگیری این کلمه به نتایج شگفت‌آوری در زمینه مشکلات روانی یا فشارهای اجتماعی دست یافتیم» (نشریه خبررسانی اخبار ملل، ش ۱۷، ص ۸۳).

در تحقیقاتی که در دانشگاه مشهد روی چند زن باردار صورت گرفته نشان داد که آوای قرآن سبب کاهش درد زایمان و کوتاهی مدت زایمان، کاهش اضطراب قبل از زایمان و

تحریک تخمگذاری در زنان نابارور و... می شود (مجله اصول بهداشت روان، ش ۳، ۱۳۸۷، مقاله تاثیر آوای قرآن).

۲۰. ریشه داشتن علوم پزشکی در وحی الهی

به نظر می رسد نیازهای ضروری انسان نخستین در زمینه طب از طریق وحی الهی برطرف می شد. در روایتی آمده است:

«ان الله اهبط آدم من الجنة وعرفه علم كل شيء فكان مما عرفه النجوم والطب؛ خداوند، آدم را از بهشت فرود آورد و او را از آگاهی به همه چیز، برخوردار ساخت. نجوم و پزشکی از چیزهایی بودند که خداوند وی را از آن ها آگاه کرد» (مجلسی، بحارالانوار، ۱/ ۳۵).

در برخی از روایات تصریح شده است که انبیاء نسخه بعضی از داروها را از طریق وحی به دست می آوردند. رسول الله ﷺ فرمود: «نوح علیہ السلام از ضعف بدن به درگاه خدا شکایت برد. خداوند به او وحی فرستاد که گوشت را با شیر بپزد و بخورد؛ چون قدرت و برکت را در آن نهاده ام» (همان، ۶۶ / ۶۶).

بعلاوه، کلام پیامبر ﷺ وحی است: «وَمَا يَنْطِقُ عَنِ الْهَوَىٰ إِنْ هُوَ إِلَّا وَحْيٌ يُوحَىٰ» (نجم / ۴-۳) «و از روی هوی سخن نمی گوید. آن (سخن) نیست جز وحی ای که (به او) وحی می شود؛ یعنی اگر حضرت مطلبی در زمینه طب بیان کند، به یقین کلام خداست. معجزه حضرت عیسی علیہ السلام از سنخ طبابت بود؛ مانند: زنده کردن مردگان، بهبود بخشیدن به کر و لال، و شفا بخشیدن به بیماری های صعب الاعلاج همچون جذام و... (عقیقی بخشایشی، طبقات مفسران شیعه، ۳۹).

قرآن نیز با صدها آیه که در زمینه بهداشت و پزشکی زمینه رشد محققان و دانشمندان را در حوزه طب فراهم نموده است. و توصیه های مؤکد بهداشتی و درمانی معصومان علیهم السلام به صورت مجموعه های پزشکی و بهداشتی مدون شده است که از آن جمله «طب النبی»، «طب الصادق» و «طلب الرضا» مشهور است. دانشمندان مسلمان نیز کتاب های زیادی پیرامون احادیث طبی نگاشته و موجب رشد و شکوفایی پزشکی در بین مسلمانان شده اند؛ (ر.ک:

دکتر غلامرضا نورمحمدی، نگارش احادیث طبی، ص ۱۱۰؛ مجله پژوهش حوزه، سال پنجم، ۱۸-۱۷) از این رو، پزشکی ریشه مقدس دارد؛ زیرا متصل به وحی الهی است؛ هرچند بعدها به مرور زمان بر اثر تجارب رشد نموده است.

نتیجه

نباید با این بیان صریح قرآن مبنی بر اینکه قرآن همه چیز را بیان کرده است (نحل/۸۹) مرتکب این اشتباه شد که این کتاب الهی تمامی جزئیات علوم از جمله پزشکی را ذکر کرده است، بلکه باید توجه داشت که این کتاب آسمانی کلیات و مبانی علوم را ذکر کرده است. آنچه از مبانی و اصول قرآنی در زمینه بهداشت و سلامت که در این نوشتار آمد، نشان از آن دارد که قرآن کریم توجه جدی به سلامت مردم دارد و از فحواي آیات استفاده می‌شود که مردم و جامعه ناسالم، از مقدمات هدایت و کمال محروم خواهند بود؛ لذا ضروری است به این اصول و مبانی در علم پزشکی و بهداشت توجه جدی شود تا آثار مثبت آن در فرد و جامعه مشهود گردد.

منابع

۱. ابن منظور، لسان العرب، قم، نشر ادب الحوزه، ۱۴۰۵ق.
۲. اهتمام، احمد، فلسفه احکام، اصفهان، اسلام، ۱۳۴۴ش.
۳. بابایی و همکاران، روش‌شناسی تفسیر قرآن، قم، تهران، سمت، ۱۳۷۹ش.
۴. بخشایشی، عبدالرحیم عقیقی، طبقات مفسران شیعه، قم، نوید اسلام، ۱۳۷۲ش.
۵. دهخدا، علی اکبر، لغت‌نامه دهخدا، تهران، دانشگاه تهران، چاپ دوم، ۱۳۷۷ش.
۶. ذهبی، محمد حسین، التفسیر و المفسرون، تحقیق شیخ احمد الزعبی، بیروت، دارالارقم، بی‌تا.
۷. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات الفاظ القرآن، تهران، المكتبة المرتضوية، چاپ دوم، ۱۳۶۲ش.
۸. رضایی اصفهانی، محمد علی، تعامل قرآن و علوم، قم، نشر معارف، ۱۳۹۰ش.
۹. _____، درآمدی بر تفسیر علمی قرآن، قم، انتشارات اسوه، ۱۳۷۵ش.
۱۰. زرکشی، بدرالدین محمد بن عبدالله، البرهان فی علوم القرآن، بیروت، دار المعرفه، ۱۴۱۰ق.
۱۱. زمخشری، محمود ابن عمر، الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، بی‌جا، نشر دارالکتب العربی، ۱۴۰۷ق.
۱۲. شیخ صدوق، محمد بن علی بن حسین بن موسی بن بابویه قمی، الامالی، بیروت، منشورات اعلمی، چاپ چهارم، ۱۳۶۲ش.
۱۳. صانعی، سید مهدی، بهداشت روان در اسلام، قم، بوستان کتاب، ۱۳۸۲ش.
۱۴. طالقانی، سید محمود، آیت الله، پرتوی از قرآن، تهران، شرکت سهامی انتشار، ۱۳۴۸ش.
۱۵. طباطبایی، علامه سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، قم، انتشارات جامعه مدرسین، بی‌تا.
۱۶. طبرسی، فضل بن الحسن، مجمع البیان، تهران، مکتبه الاسلامیه، ۱۳۹۵ق.
۱۷. غزالی، ابو حامد، احیاء العلوم (الاحیاء)، بیروت، دارالمعرفه، ۱۴۰۲ق.
۱۸. فراهیدی، خلیل بن احمد، العین، قم، انتشارات اسوه، بی‌تا.
۱۹. قریشی، علی اکبر، قاموس اللغة، تهران، دارالکتب اسلامیه، ۱۳۷۵ش.
۲۰. قطب‌الدین راوندی، الدعوات (سلوة الحزین)، قم، مدرسه امام مهدی (عج)، ۱۴۰۷ق.
۲۱. مجلسی، علامه محمد باقر، بحارالانوار، بیروت، دار احیاء التراث، ۱۴۰۳ق.
۲۲. معرفت، محمدهادی، تفسیر و مفسران، ترجمه علی خیاط، بی‌جا، ذوی‌القربی، ۱۳۸۵ش.
۲۳. معین، محمد، فرهنگ فارسی، تهران، امیرکبیر، چاپ یازدهم، ۱۳۷۶ش.
۲۴. مکارم شیرازی، ناصر و جمعی از نویسندگان، تفسیر نمونه، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۶۴ش.
۲۵. نیکبخت نصرآبادی، علی‌رضا، استعانت از قرآن کریم در شفای جسمانی، تهران، نشر قبله، ۱۳۷۸ش.