



## نظام بهداشت و سلامت در اسلام

**علی دادمهر**

مدرس گروه حقوق و علوم قضایی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران (نویسنده مسوول)

a.dadmehr@yahoo.com

**ویدا فکوری**

دانشجوی کارشناسی ارشد، رشته حقوق خانواده، واحد شبستر، دانشگاه آزاد اسلامی، شبستر، ایران

mohandesi05@gmail.com

### چکیده

**زمینه و هدف:** قرآن کریم و توصیه‌های ائمه اطهار در قالب آیات و احادیث و سیره، بر ضرورت و اهمیت موضوع سلامتی، بهداشت و تاثیر آن در زندگی دنیوی و اخروی اشاره فراوان دارند. بر این اساس رعایت بهداشت و حفظ سلامتی حق طبیعی هر انسان بوده و از مصالح عمومی نظام اجتماعی و بخشی از مسئولیت همگانی شمرده می‌شود.

**روش تحقیق:** در مقاله پیش رو محقق با استفاده از روش مطالعه کتابخانه ای در خصوص مبانی نظام بهداشت و سلامتی در اسلام و نیز اهمیت سلامتی در اسلام برخی اهداف و نیز روش های تامین بهداشت و سلامتی در اسلام را بر می شمارد.

**یافته ها:** از آنجا که قوانین اسلام بر مبنای فطرت بنا شده، رعایت بهداشت و سلامتی، تکلیفی است که در برخی موارد الزام آور بوده و دارای حکم شرعی وجوب می‌گردد. بنابراین هیچگونه تعارضی بین دین‌داری و رعایت بهداشت وجود ندارد و این امر از یکی از اصول مسلم و مورد تاکید اسلام است.

**نتیجه گیری:** در نظام بهداشت و سلامتی اسلام، بهره مندی انسان از نعمت‌های الهی برای رسیدن به تکامل و خشنودی خداوند ضروری است و مواظبت و پیشگیری از آسیب‌ها و آلودگی‌ها واجب دانسته می‌شود؛ به گونه ای که برای رسیدن به این ضرورت در ابعاد جسمانی و معنوی - در سه حیطه شناختی، رفتاری و عاطفی - نظامی مدون و اصول و قواعدی برای حفظ سلامتی انسان و رستگاری او ارائه می‌دهد و برنامه زندگی‌اش را از آغاز شکل‌گیری تا رسیدن به روز رستاخیز، در ابعاد مختلف فردی - اجتماعی، در قالب وظایفی مثل رعایت بهداشت تغذیه، سلامتی جسمی، روحی و جنسی، تنظیم می‌کند و در اختیار جامعه بشری قرار می‌دهد.

**واژه‌های اصلی:** سلامت، اسلام، نظام



## مقدمه

قوانین اسلام بر مبنای فطرت آدمی بنا شده است. آنچه از حلال و حرام و امر و نهی می‌بینیم، مصلحت انسان در آنها ملاحظه شده است. همانطور که امام باقر (علیه‌السلام) فرمود: "خداوندی که انسان را خلق کرده است، می‌داند که چه چیزی برای او مفید و چه چیزی مضر است، در نتیجه چیزی که مفید است را حلال و چیز مضر را حرام کرده است" همچنین در قرآن کریم می‌فرماید: "چیزهای طیب و پاکیزه را برای شما حلال و چیزهای پلید و خبائث را برای شما حرام کردیم". در تعالیم اسلامی در باب بهداشت و تغذیه، اصولی که سلامتی انسان را تامین می‌کند، رعایت شده است. مکتب اسلام با تحریم خبائث و پلیدی‌ها و حلال کردن پاکیزگی و پاکیزه‌ها و قاعده حفظ اعتدال، راه رسیدن به این مقصود را فراهم ساخته است.

از نظر اسلام رعایت مسائل بهداشتی در بعضی اوقات واجب است، زیرا در اسلام حفظ جان واجب است و اگر عدم رعایت مسائل بهداشتی سبب به خطر افتادن جان انسان‌ها شود در این صورت رعایت اصول و مسائل بهداشتی لازم است؛ زیرا مقدمه واجب نیز واجب است و احتمال دارد یکی از مصادیق آیه "وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ" (بقره ۱۹۵) باشد. برخورداری از بهداشت و سلامتی یکی از حقوق مسلم فردی و اجتماعی است که در دین اسلام به صورت تکلیف وجوبی، حرمتی، استحبابی و یا مکروهی گنجانده شده است. جامعه موفق جامعه‌ای است که جسم و روان مردم آن سالم باشد. سلامت جسم و روان مهمترین ابزار تکامل انسان است و از دیدگاه اقتصادی نیز از اهمیت قابل توجهی برخوردار است. اسلام چون سلامتی را نیاز اساسی و ضامن بقای نسل آدمی می‌داند، راه کارهای فراوانی برای حفظ و تأمین آن پیش روی بشر قرار می‌دهد. در آموزه‌های دینی به صدها رهنمود در زمینه تغذیه، خواب، آمیزش جنسی، کار و محیط برمی‌خوریم که پی‌کشاندن انسان به سوی سلامتی فردی می‌باشند. علاوه بر این، رهنمودهای فراوانی درباره سلامت روانی، روحی، خانوادگی، اجتماعی و... وجود دارد که گویای جامع‌نگری اسلام به موضوع سلامت می‌باشد. در این نوشته ضمن طرح و تحقیق این موضوعات، مبانی، اصول و قواعد بهداشت و سلامتی، نظام بهداشتی اسلام تبیین و بررسی می‌گردد.

## ۱- تعریف سلامت

معمولاً کسی را که بیماری جسمی نداشته باشد، سالم می‌نامند؛ در حالی که تعریف سلامت گسترده‌تر از این است. سازمان جهانی بهداشت در تعریف سلامت معتقد است: «سلامت عبارت است از تأمین رفاه کامل جسمی و روانی و اجتماعی نه فقط نبودن بیماری و نقص عضو» (شجاعی تهرانی، حسین، کلیات خدمات بهداشتی، ۲۹) به این ترتیب کسی را که بیماری جسمی ندارد، نمی‌توان سالم دانست؛ بلکه شخص سالم کسی است که از سلامت روح نیز برخوردار و از نظر اجتماعی در آسایش باشد؛ زیرا پژوهش‌های علمی نشان می‌دهد که ممکن است ریشه بسیاری از ناتوانی‌های جسمی، نابسامانی فکری و عاطفی باشد. مثلاً دلپره‌ها و ناراحتی‌های فکری می‌تواند عامل مهمی در ایجاد زخم‌های معده باشد و چون دلپره و بسیاری از احساسات عاطفی انسان در اثر زندگی با مردم و به علت فرهنگ جامعه به وجود می‌آید، سلامت جسم تا حد زیادی به سلامت فکر و شرایط فرهنگی و اجتماعی مربوط می‌شود و به عبارت دیگر تندرستی یا سلامت سه بعد جسمی، روانی و اجتماعی دارد.

## ۲- تعریف بهداشت

بهداشت، به معنای حفظ صحت است و در اصطلاح به مجموعه فعالیت‌ها و اقداماتی که برای بهبود و ارتقای تندرستی و توانایی فرد یا جامعه انجام شود، بهداشت می‌گویند و شامل همه دانش‌ها و روش‌هایی است که به حفظ سلامت فرد و جامعه کمک می‌کنند. در قرآن کریم برای این معنا از واژه‌های «طیبات»، «طهارت» و مشتقات آن استفاده شده است. بهداشت به طور کلی



عبارت است از: «ایجاد کامل تندرستی بدنی، روانی، اجتماعی؛ نبود هر نوع ناتوانی جسمانی؛ مبارزه با بیماری‌های همه گیر؛ بالا بردن سطح زندگی؛ اصلاح محیط؛ کشف داروهای تازه برای نابودی امراض؛ پاک‌سازی محیط روستایی و آلودگی آب‌ها؛ مبارزه با عوامل مزاحم تمدن، مانند: سر و صدا، ازدحام و غیره» (مولوی و گیتی ثمر، بهداشت همگانی، ص ۳). بهداشت و پیشگیری سبب سلامتی فکری و جسمی جامعه می‌شود و از نظر اقتصادی نیز مقرون به صرفه است.

تحقیق و تفحص در آیات قرآن و احادیث و متون اسلامی توجه و دقت اسلام را نسبت به بهداشت و سلامتی فرد و جامعه روشن می‌سازد. هیچ دین و مکتبی مانند اسلام، نسبت به مسائل و اصول بهداشتی سفارش نکرده است. اسلام اکثر مسائل بهداشتی را تحت عنوان واجب، حرام، مستحب یا مکروه بیان کرده است. مثلاً: خوردن خبائث و چیزهای پلید از قبیل، خون، چرک، ادرار، مدفوع، گوشت مردار، گوشت حیوانات حرام گوشت، خوردن خاک، شراب، آجود و سایر مسکراتی که عقل را زایل و سلامتی انسان را به خطر می‌اندازد، حرام است، از طرفی بسیاری از مسائل بهداشتی که نقش مهمی در سلامتی انسان دارند را، تحت عنوان واجب یا مستحب بیان کرده است. مثلاً: از شرایط نماز، طهارت بدن و لباس می‌باشد و وضو و غسل از واجبات و مقدمات نماز شمرده شده و در وضو و غسل، شستن داخل بینی و دهان و مسواک زدن مستحب است.

### ۳- مبانی نظام بهداشت و سلامتی در اسلام

#### ۱-۳ بناگذاری نظام سلامتی و بهداشت بر فطرت انسان

خداوند یکتا خداپرستی، طلب خیر و پاکی، بیزاری از ناپاکی را در فطرت آدمی به ودیعت نهاده است. (فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفاً فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا)؛ (روم/ ۳۰) «پس روی (وجود) خود را به دین، حق‌گرایانه، راست دار؛ (و پیروی کن از) سرشت الهی که (خدا) مردم را بر (اساس) آن آفرید، که هیچ تغییری در آفرینش الهی نیست). بر این اساس قوانین اسلام بر مبنای فطرت بنا شده است و مصلحت انسان در آن چه که از حلال و حرام و امر و نهی می‌بینیم، به دقت لحاظ شده است. امام محمد باقر(ع) فرمود: «ان الله تبارک وتعالی لم یحرم ذالک علی عباده واحل لهم ما سوی ذالک من رغبته فیها احل لهم ولا زهد فیها حرمة علیهم ولكننه تعالی خلق الخلق فعلم ما یقوم به ابدانهم وما یصلحهم واحله لهم واباحه وعلم ما یضرهم فنهامهم وحرمة علیهم»؛ (شیخ صدوق، علل الشرایع، ۲، ۴۸۳).

آنچه در باب بهداشت و تغذیه در تعالیم اسلامی می‌بینیم، این خصوصیت را دارد و چون نیاز به سلامت، نیازی فطری و ضامن بقای نسل آدمی است، اسلام با تحریم خبائث و پلیدی‌ها و حلال کردن پاکیزگی و پاکیزه‌ها و مطرح کردن قاعده حفظ اعتدال، راه وصول به این مقصود را فراهم ساخته است. قوانین بهداشتی اسلام با ظرافتی خاص طراحی و بیان گردیده است تا با طبیعت و فطرت انسان سازگار باشد. شاید قراردادان بهداشت و پاکیزگی در بطن دین، به این جهت باشد که خداوند طلب پاکی و بیزاری از ناپاکی (اعم از جسمی، روانی، روحی و...) یا میل و گرایش به پاکیزگی و تنفر از ناپاکی‌ها را در فطرت آدمی به ودیعت نهاده است. توصیه‌های مطرح در آموزه‌های دینی نیز بیانگر این امر فطری می‌باشند.

#### ۲-۳ ارتباط مسئولیت همگانی در اسلام با بهداشت

در اسلام همه کارها با توجه به فلسفه و هدف آفرینش انسان طراحی می‌شوند و چون آفرینش بی‌هوده نیست. (أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثاً وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ)؛ (مؤمنون/ ۱۱۵) همه در برابر وظایف الهی، یک‌دیگر و جامعه اسلامی مسئول هستند. سخنان رسول خدا: «من أصبح ولم یهتم به امور مال‌المسلمین فلیس بمسلم» (ری شهری، همان، ۴، ۵۳۰) و «کلکم راع و کلکم مسئول عن رعیتة»، (همان، ۴، ۳۲۷) این تکلیف همگانی را در برابر جامعه مشخص می‌کنند. بخشی از امر به معروف و نهی از منکر، اموری را که در ارتباط با سلامت فرد و جامعه است، در بر می‌گیرد و همان‌گونه که می‌دانیم این دو از واجبات و



لازم الاجرا هستند؛ لذا اداره امور بهداشتی، شناسایی عوامل بیماری و کنترل و آموزش آن‌ها به همه مردم، بخشی از تکالیفی است که دست‌کم گروهی از انسان‌ها دارند تا جلوی اتلاف جان‌ها را بگیرند.

پزشکی و حرفه‌های وابسته به آن که امروزه خدمات بهداشتی را نیز به طور ویژه انجام می‌دهند، از نیازهای اولیه جامعه انسانی است و با این که اسلام هدفی فراتر از تأمین بخشی از نیاز جامعه دارد، مسائل بسیاری در زمینه بهداشت، تغذیه و ... به انسان می‌آموزد.

### ۳-۳. اصل تقدم مصلحت عمومی بر منافع شخصی

رعایت مصلحت جامعه اسلامی در همه زمینه‌ها بر همه مسلمانان لازم است و ایجاد آمادگی در همه زمینه‌ها، مطابق آیه (وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهِبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ)؛ (انفال/ ۶۰) بر همه واجب می‌باشد. ایجاد امنیت جانی، اجتماعی و همچنین سلامتی در جامعه از مهم‌ترین مصالح مسلمانان است و تأثیر بسزائی در رشد، آرامش و رفاه عمومی دارد. بر اساس این بینش باید هر جا که ضرورت ایجاد کرد در امور بهداشتی سرمایه‌گذاری شود. پربارترین و شاید کم‌خرج‌ترین سرمایه‌گذاری، گسترش آموزش بهداشت و دانش بهداشتی مردم است و این میسر نمی‌گردد، مگر این که ضرورت آگاهی از اصول بهداشت، در کنار دیگر مسائل ضروری دینی و سیاسی مطرح شود.

### ۳-۴. اصل تکلیف

نگاهی گذرا به آموزه‌های دینی نشان می‌دهد که بخش زیادی از نظام آموزشی اسلام در قالب احکام شرعی (وجوب، استحباب، حرمت و کراهت) بیان شده است. این گونه بیان، می‌تواند برای فرد مسلمان، به عنوان یک تکلیف مطرح باشد و او خود را ملزم به رعایت آن بداند. به عبارتی دیگر، قرار دادن مسائل بهداشتی در برنامه عبادی مسلمان، انگیزه لازم را برای اجرای آن ایجاد می‌نماید و این در حقیقت نوعی ضمانت اجرا است.

آیه مبارکه (أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى)؛ (علق/ ۱۴) همان ضمانت اجرایی که در احکام دین بر فکر و عمل مسلمان حاکم است و او را از گناه در خلوت و خیانت به مسلمانان باز می‌دارد، آن جایی هم که رعایت اصول بهداشتی با الزام شرعی همراه باشد، مسلمان را از زیر پا گذاشتن آن اصول در خلوت و آشکار باز خواهد داشت. در این صورت ریختن فضولات آلوده در معابر و آلوده کردن آب‌ها، ایجاد کانون‌های آلودگی و عفونت و آماده ساختن محیط برای رشد و فعالیت حشرات که عوامل توسعه آلودگی‌اند و نظایر این اعمال، توسط پاسبان درونی و ایمان هر شخص منع خواهد شد.

از این گذشته مسلمانی که بداند هر کاری که باعث آسایش مسلمانان و حفظ سلامت آن‌ها باشد خدمتی در جهت رضای خدا است، از پاک‌سازی محیط و کمک به حفظ بهداشت عمومی به عنوان عمل خیر استقبال خواهد کرد. برای نمونه در باب وقف و خدمات عامه، با تکیه بر این حدیث معروف «اذا مات ابن آدم انقطع عمله الا من ثلاث صدقة جاریه، او علم ینتفع به، او ولد صالح یدعو له» (دیلمی، ارشادالقلوب، ۱، ۱۴)، بسیاری از بناها و اعمال بهداشتی نظیر بهسازی محیط، ایجاد حمام، آب لوله‌کشی، مرکز بهداشت و آموزش بهداشت، از مصادیق روش و مسلم صدقه جاریه «و علم ینتفع به» خواهد بود. به همین دلیل مسلمانان انگیزه‌ای قوی برای توسعه بهداشت خواهند یافت.

### ۳-۵. ایمان بزرگ‌ترین انگیزه حفظ سلامتی و رعایت بهداشت

اسلام بر بهداشت و نظافت تأکید فراوان کرده و آن را بخشی از ایمان و لازمه آن معرفی نموده است. در واقع یکی از ویژگی‌های اسلام، تشویق به رعایت پاکی در ابعاد گوناگون زندگی است؛ زیرا دوری از آلودگی جسمی و روحی خواسته فطری هر انسان



است. اسلام با قراردادن نظافت در برنامه عبادی فرد مسلمان، انگیزه لازم برای رعایت بهداشت و پاکیزگی را در او ایجاد نموده است.

پیامبر اسلام(ص) می‌فرماید: «تنظفوا بكل ما استطعتم فان الله تعالى بنى الاسلام على النظافه ولن يدخل الجنة الا كل نظيف»؛ (کنز العمال، ج ۲۶۰۰۲) «به هر مقدار که می‌توانید نظافت را رعایت کنید؛ زیرا خداوند متعال اسلام را بر پایه نظافت بنا نهاده است و هرگز کسی وارد بهشت نمی‌گردد؛ مگر این که پاکیزه باشد». بنابراین نظافت و بهداشت در اسلام، نظام خاصی دارد؛ به گونه‌ای که فرد مسلمان خود را ملزم می‌داند بهداشت را امری شرعی و دینی بداند و آن را در هر حال و به طور مستمر رعایت نماید.

### ۳-۶. جامعیت نظام بهداشتی و سلامتی در اسلام

نظام بهداشتی اسلام، برنامه‌ای فراگیر است که از بهداشت فردی در بعد جسمی (شامل: بهداشت اعضای بدن و ابزار و لوازم فردی) و روانی آغاز می‌گردد و آن‌گاه به ارتباط فرد با دیگران می‌پردازد و با عنوان بهداشت خانوادگی، اجتماعی، حرفه‌ای، محیط، مسکن، تغذیه، اقتصادی و...، می‌توان آموزه‌های فراوانی در دین اسلام یافت.

### ۴- اهمیت سلامتی در اسلام

در اسلام، احادیث و رهنمودهای فراوانی از بزرگان دین، جهت حفظ صحت و تقویت بدن و پرداختن به آن وارد شده است؛ از جمله می‌توان به موارد ذیل اشاره نمود:

"الصحة افضل النعم؛ صحت و سلامتی از هر نعمت دیگری بهتر و ارزشمندتر است".

"العجب لغفلة الحساد عن سلامة الاجساد؛ از این که حسودان در فکر سلامتی خویش نیستند، سخت در شگفتم".

"و ان لبذنك عليك حقاً"، بی شک بدن تو بر تو حقوقی دارد (که باید آنها را ادا کنی و به آن رسیدگی نمایی)

"المومن القوى خیر و احب من المومن الضعیف؛ مومنی که قوی و نیرومند باشد، در نظر من از مومنی که ضعیف باشد بهتر و دوست داشتنی‌تر است".

در اسلام، حفظ صحت و سلامت واجب شمرده شده است. حتی اگر عباداتی، مانند نماز و روزه، برای انسان مضر باشد، نه تنها جایز است ترک شود، بلکه واجب است که ترک شود و در چنین مواردی، کار واجب به کار حرام مبدل می‌گردد.

از نظر اسلام، چنانچه کسی به سلامتی دیگران لطمه وارد کند، چنانچه عمدی باشد، باید به سختی مجازات شود و چنانچه عمدی نباشد نیز باید مجازات مالی شده و دیه آن عضوی را که آسیب دیده، به صاحبش بپردازد. همچنین در اسلام هر چیز زیان آوری که به جسم انسان لطمه وارد آورد، تحریم شده و این یک قاعده فقهی است که: "کل مضرّ حرام؛ هر چیزی که ضرر دارد، حرام است".

شهید مطهری در این مورد می‌نویسد: "جای شک و تردید نیست که تعلیمات اسلام بر اساس حفظ و رشد و سلامت جسم است. علت حرمت بسیاری از این امور، مضر بودن آنها به حال بدن است. یکی از مسلمات فقه، این است که بسیاری از این امور به این دلیل تحریم شده اند که برای جسم انسان ضرر دارند. یک اصل کلی هم 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. البته این را هم می‌گویند که زیانها بعضی «معتد به» هستند و بعضی «غیر معتد به»؛ یعنی زیان آن قدر کم است که قابل اعتنا نیست. اسلام در تکالیف خود حرج ایجاد نمی‌کند؛ یعنی این مقادرها را از نظر اسلام تحریم نمی‌کنند، به صورت مکروه ذکر می‌شود یا می‌



گویند: ترکش مستحب است، ولی اگر یک چیزی زینانش قطعی باشد و مسلم بشود که زیان دارد، از نظر اسلام قطعاً حرام است. ...

"اسلام آنجا که یک امر واجب (مانند روزه) احیاناً برای بدن مضر تشخیص داده شود، تکلیف آن را ساقط می کند، بلکه چنین روزه ای را حرام می داند. هر اعتیادی که برای بدن مضر باشد، از نظر اسلام حرام است. آداب و سنن بسیاری، در اسلام به خاطر بهداشت و سلامت بدن وضع شده است."

"در سنت، زیاد می بینیم که خوردن فلان میوه یا فلان سبزی، مثلاً مستحب است چون دندان ها را محکم می کند؛ دیگری فلان بیماری را از بدن بیرون می برد و این موارد در سنت زیاد است که ملاک یک حرام یا یک مستحب و با یک مکروه، زیان رساندن یا مفید بودن و یا مفید نبودن است. فلان چیز برای معده خوب است، مستحب است."

درخواست سلامت و قوه بدن از خداوند، جزء دعای مسلمانان است، چنانچه در دعای ابوحمزه ثمالی می خوانیم: "اللهم اعطني السعة في الرزق... والصحة في الجسم والقوة في البدن؛ خداوند! وسعت در روزی... و سلامتی در جسم و قوت و توانایی در بدن را به من ارزانی فرما!"

و به طور خلاصه، ارزش بدن و سلامت آن در اسلام به حدی است که بعضی از دانشمندان اسلامی گفته اند: پیامبران الهی در آغاز نبوت خود باید سالم و از نقص بدنی، دور و برکنار باشند.

## ۵- اهداف نظام بهداشت و سلامتی در اسلام

### ۱-۵. قرب الهی بزرگ ترین هدف نظام سلامت و بهداشت در اسلام

در اسلام مسائل به صورت انتزاعی مطرح نمی شود. آن جا که صحبت از بهداشت و طهارت است، نیت و انجام اعمال قریه -الی الله نیز هم زمان مطرح است. عمل صالح در کنار ایمان ارزش می یابد و چه بسیار اعمال به ظاهر نیکی که به علت ریا و نیت غیر خدا، بی ارزش می گردد و انسان ساز نمی شود به همین دلیل در همه کارها و عبادات، هدفی (قرب الهی و جلب رضای) هست و نتیجه این هم سویی و هدف داری، سیر تکاملی انسان است و این ویژگی است که اعتبار و ارزش کارها را مشخص می کند.

اسلام با تکیه بر وحی، عالی ترین رهنمودهای بهداشتی را در اختیار مسلمانان قرار داده است. برای مثال وقتی قرآن با لفظ (يَا أَيُّهَا النَّاسُ) پیام (كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا)؛ (بقره / ۱۶۹) را به گوش مردم می رساند یا می فرماید (فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ)؛ (عبس / ۲۴)، همه انسان ها را به دقت در غذای خود - اعم از غذای جسم یا بنا به قول معصوم (ع) حتی غذای روح و دانشی که می آموزد - فرا می خواند تا انسان به دقت، همه چیز را در غذایی که می خورد، مطالعه کند و ببیند آیا آن چه می خورد با نیاز بدنش مطابقت دارد؟ آیا حلال و حرام خدا و حقوق جامعه در آن رعایت شده برای او نوش است یا نیش، حق است یا ناحق، بد است یا خوب؟

### ۲-۵. بهره مندی از نعمت های الهی و ارتباط آن با بهداشت و سلامتی

(قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا)؛ «[ای پیامبر!] بگو: چه کسی زیور الهی را که برای بندگانش پدید آورد، و روزی های پاکیزه را، حرام کرده است؟! بگو: «این [ها] در زندگی پست (دنیا)، برای کسانی است که ایمان آورده اند (اگر چه دیگران نیز از آن ها استفاده می کنند)»؛ (اعراف / ۳۲)

بهره بردن از نعمت های خدا که پروردگار یکتا برای استفاده بندگان آفریده است، جایگاه ویژه ای در سلامت و رفاه انسان دارد و انسان باید در برابر استفاده از نعمت های پروردگار شاکر باشد و توانی را که از آن کسب کرده است در جهت نافرمانی او به کار نبرد. «اقل ما يلزمكم لله ان لا تستعينوا بنعمه علي معاصيه»؛ (نهج البلاغه، ص ۳۳۰). این حداقل الزامی است که آدمی در برابر

آدرس دبیرخانه همایش: آذربایجان شرقی، مراغه، بلوار شهید درخشسی، مجتمع اداری و آموزشی

دانشگاه آزاد اسلامی مراغه، ساختمان اداری اندیشه شهید سلیمانی، طبقه دوم

تلفن تماس: ۰۴۱۳۷۲۵۵۸۸۳ - ۰۴۱۳۷۲۵۲۵۰۶ داخلی ۳۳۶ و ۳۳۳



پروردگار دارد و اگر این نعمت را در جای خود و به نفع تکامل معنوی و جسمی خود و دیگران به کار برد، در واقع شکر نعمت را به جای آورده است.

اگر هدف آفرینش، انسان کامل است؛ چنانکه در «لولاک لما خلقت الافلاک» (مجلسی، بحارالانوار، ۵۴، ۱۹۹) خطاب به رسول اکرم می بینیم، آیا کسی شایسته تر از انسان با ایمان و صالح برای بهره بردن از نعمت‌های خدا وجود دارد؟ در این صورت، شایسته است انسان رو به کمال از نعمت ارزنده و ناشناخته سلامت «نعمتان مجهولتان، الصحه و الامان»؛ (گنج حکمت، احادیث منظومه، ۱۹۶) کاملاً بهره ببرد و نیز از دیگر نعمت‌ها در حدود تعیین شده‌اش استفاده کند، زیرا «ان الله تعالی اذا انعم علی عبد نعمه احب ان یری علیه اثرها»؛ (مجلسی، ۴۷، ۳۶۱) خدا ظاهر شدن آثار نعمتش را بر مؤمن می پسندد.

### ۳-۵. دوستی خدا

مراعات بهداشت و پاکیزگی، باعث جلب دوستی خدا می شود. (... إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ)؛ (بقره/۲۲۲) «... خداوند توبه‌کاران را دوست دارد، و پاکان را (نیز) دوست دارد.»

### ۴-۵. رستگاری در روز قیامت

در قرآن کریم پرهیز از آلودگی‌ها، زمینه دست‌یابی به رستگاری و آسایش روز قیامت معرفی شده است. (يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنَّمَا الْخَمْرُ وَالْمَيْسِرُ وَالْأَنْصَابُ وَالْأَزْلَامُ رِجْسٌ مِّنْ عَمَلِ الشَّيْطَانِ فَاجْتَنِبُوهُ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ)؛ (مائده / ۹۰) «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! شراب و قمار و بت‌ها و چوب‌های شرط‌بندی، فقط پلیدند [و] از کار شیطان‌اند؛ پس، از آن [ها] دوری کنید، باشد که شما رستگار شوید.»

(قُلْ لَا يَسْتَوِي الْخَبِيثُ وَالطَّيِّبُ وَلَوْ أَعْجَبَكَ كَثْرَةُ الْخَبِيثِ فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولِي الْأَلْبَابِ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ)؛ (مائده / ۱۰۰) «بگو: «پلید و پاک [نیکی] مساوی نیستند، هر چند فزونی پلید [ها] تو را به شگفتی اندازد؛ پس ای خردمندان! خودتان را از [عذاب] خدا ننگه دارید، باشد که شما رستگار شوید». در این آیه خبثت در مقابل پاکیزگی قرار دارد. با توجه به معنای خبثت و تأکید قرآن بر رعایت تقوی و تفکر اهل نظر و اندیشه، روشن می‌شود که بهداشت و سلامتی در اسلام فقط در گستره جسمانی نیست، بلکه روح و روان انسان را نیز شامل می‌شود.

## ۶- روش‌های تأمین بهداشت و سلامتی اسلام

### ۱-۶. بخش روانی

تعالیم اسلامی روش‌هایی برای رویارویی مقابله با ناکامی‌ها و شیوه‌های سازگاری با سختی‌ها ذکر کرده‌اند. ما آن‌ها را در سه بخش «روش‌های شناختی» «روش‌های رفتاری» و «روش‌های عاطفی» بررسی می‌کنیم.

### ۱-۱-۶. روش‌های شناختی

در این روش‌ها که بر شناخت فرد نسبت به جهان و زندگی فردی و اجتماعی تأکید می‌شود، فرد با استفاده از شناخت‌ها در پی مقابله با تنیدگی‌ها بر می‌آید و به کمک توانایی فکری و ذهنی خود، با مشکل برخورد می‌کند. از جمله روش‌های شناختی می‌توان به موارد زیر اشاره نمود:

الف) ایمان به خدا: باعث می‌شود فرد بر موجودی تکیه کند که علم، قدرت و خیر خواهی بی‌نهایت دارد، لذا ترس، دلهره، اضطراب و تزلزل در او ایجاد نمی‌شود و احساس بی‌نیازی و آرامش به او دست می‌دهد. (هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ...؛ (فتح/ ۴) «او (خدا) کسی است که آرامش را در دل‌های مؤمنان نازل کرد...»



ب) بینش فرد نسبت به وقوع سختی‌ها و مشکلات: در تعالیم اسلامی تأکید شده است که طبیعت زندگی، آمیخته با سختی‌هاست. «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ». (بلد/ ۴) «به یقین، انسان را در رنج و مشقت آفریدیم». اگر انسان وقوع سختی‌ها را اجتناب‌ناپذیر بداند، خود را برای رویارویی با آن‌ها آماده می‌کند.

ج) توکل به خدا: پشتیبان قدرتمندی برای انسان در حل مشکلات است. اهل توکل ناامید نمی‌شوند و از انجام تکالیف باز نمی‌مانند و نگران آینده نیستند، چون در هر صورت به وظیفه عمل می‌کنند. (... وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ ...); (طلاق/ ۳) «و هر کس بر خدا توکل کند، پس او برایش کافی است.»

د) اعتقاد به مقدرات الهی: چنین اعتقادی از مراتب بالای ایمان و مورد تأکید است، چرا که سازگاری فرد را با تبعات حوادث آسان‌تر می‌سازد. «قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا ...»; (توبه/ ۵۱) «بگو: جز آن چه خدا بر ما مقرر داشت، به ما نمی‌رسد؛ او سرپرست ماست؛ و مؤمنان، پس باید تنها بر خدا توکل کنند.»

### ۶-۱-۲. روش‌های رفتاری

در روش‌های رفتاری، دستورات و توصیه‌های عملی، از جمله آداب برخورد و رفتار متقابل، مورد نظر است. برخی از این روش‌ها چنین است: الف) خویشتن‌داری: آموزه‌های قرآنی، افراد را در برابر تضادهای اجتماعی و مشکلات، به صبر و عکس‌العمل منطقی دعوت می‌کنند، چون اگر فرد واکنش‌های عجولانه و حساب نشده نشان ندهد، دچار استرس کمتری خواهد شد.

ب) تفریحات سالم: فعالیت و کار مداوم، فشار جسمی و روحی بر فرد وارد می‌آورد، پس باید تفریحات سالمی باشد که به او روحیه و آرامش بخشد، مانند: بازی (یوسف/ ۱۲)، هم‌نشینی، شوخی با دوستان، ورزش، مسافرت (سَبْرُوا فِي الْأَرْضِ ...) و ...

ج) ازدواج و روابط خانوادگی: اسلام به ازدواج و روابط خانوادگی بسیار اهمیت می‌دهد و از تنهایی و گوشه‌گیری نهی می‌کند و این گویای تأثیر عمیق دینی، اجتماعی و روانی آن بر فرد است. «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا ...»; (روم/ ۲۱) «و از نشانه‌های او این است که همسرانی از (جنس) خودتان برای شما آفرید، تا بدان‌ها آرامش یابید.»

د) حمایت اجتماعی: گستره حمایت اجتماعی در اسلام، از محدوده کوچک خانواده آغاز می‌شود و خویشاوندان، همسایگان، شهروندان، و حتی به گونه‌ای کل جامعه بشری را در بر می‌گیرد. «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ ...»; (حجرات/ ۱۰) «مؤمنان فقط برادران یک‌دیگرند.»

### ۶-۱-۳. روش‌های معنوی - عاطفی

در این روش‌ها فرد نوعی ارتباط عاطفی با خدا و اولیای دین برقرار می‌کند؛ به گونه‌ای که این روابط او را در مواجهه با مشکلات و حل آن‌ها یاری می‌رساند.

الف) یاد خدا: یکی از اموری است که به انسان آرامش می‌بخشد. (... أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ); (رعد/ ۲۸) «آگاه باشید، که تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد». این موضوع باعث ایجاد آرامش در روان و جسم فرد می‌شود. (... ثُمَّ تَلِينَ جُلُودَهُمْ وَقُلُوبُهُمْ إِلَىٰ ذِكْرِ اللَّهِ ...); (زمر/ ۲۳) «... سپس پوست‌هایشان و دل‌هایشان به یاد خدا نرم می‌شود...». در مقابل، دوری از یاد خدا، زندگی را دشوار می‌سازد، «وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا ...»; (بقره/ ۴۵) «و هر کس از یاد من روی گرداند، پس حتماً زندگی (سخت و) تنگی برای اوست.»

ب) دعا: یاری خواستن از قدرت بی‌نهایت خداوند نوعی رابطه بین انسان و پروردگار برقرار می‌سازد: (أَمَّن يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَا وَيَكْشِفُ السُّوءَ ...); (نمل/ ۶۲) «بلکه آیا (معبودان شما بهترند یا) کسی که درمانده را، به هنگامی که او را می‌خواند، اجابت می‌کند و (گرفتاری) بد را برطرف می‌سازد.»





ج) نماز: راز و نیاز با خدا با آداب مخصوص، به صورت منظم می‌باشد. (وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ...؛ (بقره/ ۴۵) «و به وسیله‌ی شکیبایی و نماز یاری بجوید.»

د) توسل: اتصال به ائمه معصوم و اولیای خدا، برقراری ارتباط با کسانی است که قدرت تصرفی بیش از سایر انسان‌ها در نظام هستی دارند و دارای صفات والای اخلاقی هستند. از همین رو فرد به نیرویی ماورای طبیعی دل می‌بندد که به طور دو طرفه به فرد توجه و عنایت فراوان دارد، لذا احساس تنهایی و درماندگی نمی‌کند.

### ۲-۶. بخش جسمانی

در بخش جسمانی نیز آیات زیادی داریم که به رعایت و فواید موارد بهداشتی اشاره دارند در این بخش به مهم‌ترین روش‌ها اشاره می‌شود.

### ۲-۶-۱. روش‌های عام

#### ۲-۶-۱-۱. اصل پیشگیری بهتر از درمان

امیر مؤمنان(ع) در بیان اهمیت پیشگیری از بیماری فرمود: «لاوقایةُ اَمِنَعُ مِنَ السَّلَامَةِ» (مجلسی، بحارالانوار، ۷۴، ۲۸۲). اسلام با بیان قانون کلی «پیشگیری بهتر از درمان است»، همگان را به حفظ سلامتی دعوت می‌کند تا از بروز بیماری پیشگیری نماید. توصیه‌های طبی قرآن گاه در شکل نهی مخاطب از برخی امور است که در حقیقت نقش «پیشگیری» دارد، مانند نهی از پرخوری و اسراف.

#### ۲-۶-۱-۲. اصل رعایت اعتدال در امور

قرآن در توصیه‌ای فراگیر، مخاطبان را از «اسراف» برحذر می‌دارد و می‌فرماید؛ «اسراف کاران برادران شیطان هستند» اسراف شامل همه گونه زیاده‌روی در خوردن، خوابیدن، پوشیدن و... می‌گردد. آیات قرآن در توصیه‌ای خاص تر انگشت تأکید بر نهی از اسراف در خوردن و آشامیدن می‌گذارند: (وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ)؛ (اعراف/ ۳۱) «وبخورید و بیاشامید، و [الی] زیاده‌روی نکنید». در روایات نیز چنین تأکیدی دیده می‌شود، لذا اگر تغذیه از حالت اعتدال خارج شود، برای سلامتی انسان مضر است؛ البته این مسئله تنها به تغذیه مربوط نیست و شامل تمام فعالیت‌های فردی و جمعی می‌شود.

### ۲-۶-۲. اصول و قواعد خاص

بخشی از اصول و قواعد اسلامی مورد نظر است که می‌تواند در موارد و مسائل مربوط به بهداشت روان و سلامتی ارتباطات اجتماعی، از جمله نهاد خانواده، نهادهای مدنی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی تأثیرگذار باشد و به تعبیر دیگر این اصول (اصل طهارت، برائت، حلیت، عسر و حرج، اضطراب و...) می‌توانند در بهداشت روابط اجتماعی و حفظ سلامتی جامعه و از بین بردن یا کنترل ذهنیت مسموم و کدورت‌های قلبی نسبت به هم از جمله سؤزن، انتقام جویی، جدل، مشاجره و آسیب به خود و دیگران، زیاده روی و تفریط، فقدان آرامش و اضطراب، استرس و تجاوز در حقوق دیگران و موارد دیگری که بیشتر به قلمرو بهداشت روان مربوط می‌باشد، مؤثر باشد و در مقابل باعث می‌شود شور نشاط، آرامش، اطمینان خاطر، عزت نفس، تفاهم، اعتدال در امور رضایتمندی، انتظام اجتماعی، حسن روابط و معاشرت و ... در دو قلمرو فردی و جمعی به وجود بیاید.



### ۶-۲-۱. قاعده طهارت

هرگاه دلیل و نشانه‌ای برحکم واقعی در مسئله‌ای وجود نداشته باشد، باید به قواعد عام فقهی یا اصول عملیه و احکام ظاهری آن رجوع شود. «قاعده طهارت» از قواعد مسلم فقهی شیعه است و مهم‌ترین سند آن موثقه عمار می‌باشد: «موثقه عمار عن ابی عبدالله (ع) فی حدیث، قال: «کل شی نظیف حتی تعلم انه قدر، فاذا علمت فقد قدر، و ما لم تعلم فلیس علیک»؛ (صدوق، من لایحضره الفقیه، ۱، ۵) «هر چیزی اصولاً پاکیزه است؛ مگر آن که بدانی که نجس است. آن‌گاه که علم به نجاست آن پیدا کردی، نجس خواهد بود، و تا وقتی علم پیدا نکرده‌ای، هیچ باکی بر تو نیست». این قاعده موارد کاربردی زیادی در نظام بهداشتی و سلامتی دارد که یک مسلمان می‌تواند مطابق آن رفتار کند و آن را در رعایت بهداشت فردی، جمعی، محیطی، و تغذیه به کار ببندد.

### ۶-۲-۲. اصالت برائت

برائت یعنی این که ذمه انسان بدون تکلیف باشد. اصالت برائت هنگامی جاری می‌شود که هیچ دلیل و اماره‌ای بر حکم خاص یا عام آن مورد، موجود نباشد. ادله اصالت برائت و مفهوم و موارد به کارگیری آن در کتب اصول فقه بحث شده است. معروف‌ترین اسناد آن عبارتند از: الف) آیه شریفه (لَا یُکَلِّفُ اللّهُ نَفْسًا اِلَّا مَا اَتَاهَا ...); (طلاق / ۷) «خدا هیچ کس را، جز به آن چه به او داده، تکلیف نمی‌کند؛ خدا به زودی بعد از دشواری آسانی قرار خواهد داد». ب) آیه شریفه (وَمَا کُنَّا مُعَذِّبِینَ حَتّٰی نَبْعَثَ رَسُوْلًا); (اسراء / ۱۵) «و (ما) عذاب کننده (ی کسی) نیستیم، تا این‌که فرستاده‌ای برانگیزیم.» ج) حدیث صحیح کتاب خصال و توحید صدوق: قال النبی (ص): «رفع عن امتی تسعة: الخطاء والنسیان وما اکرهوا علیه و ما لایطیقون وما لا یعلمون وما اضطروا الیه والحسد والطیره والتفکر فی الوسوسة فی الخلق ما لم ینطق بشفتیه»؛ (مجلسی، ۲، ۲۷۴) «پیامبر اکرم فرمود: [تکلیف و مؤاخذه درباره] نه چیز از امت من برداشته شده است: خطا و فراموشی و آن چه بر آن اکراه شوند و آن چه را نمی‌دانند و...».

### ۶-۲-۳. حکم عقل به قبح مؤاخذه و عقاب بدون بیان:

اگر خداوند انسان را به موجب تخلف وی از تکلیفی که به او ابلاغ نشده بود، مؤاخذه و عقاب کند، عقل انسان آن را قبیح می‌داند و خداوند حکیم به دور از انجام هرگونه کار قبیح است. براین اساس، در مورد هر آن چه خداوند حکم و تکلیف درباره آن به ما نرسانده است، آزاد و مجاز خواهیم بود. انسان‌ها به موجب این اصل از مصونیت و تأمین اجتماعی، سیاسی و فرهنگی کافی برخوردار می‌شوند.

این اصل نه تنها در مرافعات معمولی، بلکه جایی که عرصه حقوق الله است، کاربرد بسیار دارد. موضوع هم‌غذایی با اهل کتاب، استفاده از ظرف‌های آنان، مصافحه با دست‌تر با آنان، استفاده از آب نیم‌خورده آن‌ها، شست‌وشو یا استحمام با آنان در یک حمام و امثال آن چون - طبق فرض - هیچ حکمی (حرمت و نجاست یا جواز و طهارت) برای آن‌ها نیامده است، به موجب این چهار دلیل، محکوم به برائت و طهارت خواهند بود.

در مورد مسائل مربوط به بهداشت روان و سلامتی ارتباطات اجتماعی از جمله در نهاد خانواده و نهادهای مدنی و اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و به طور کلی هر آن چه انسان یا انسان‌ها در ذهن و روان یا در عمل نسبت به هم احساس تکلیف می‌کنند - که ملازم با پیامدهای بعدی از جمله پیامد حقوقی، ارزشی ارتباطی و انجام امور تکلیفی نسبت به افراد مقابل خواهد بود - اگر علم به تکلیف نباشد، اصالت برائت جاری خواهد شد. به تعبیر دیگر این اصل می‌تواند در بهداشت روابط اجتماعی و حفظ سلامتی جامعه و از بین بردن ذهنیت مسموم و کدورت‌های قلبی نسبت به هم، از جمله سوءظن، انتقام، جدل و موارد دیگری که بیشتر به قلمرو بهداشت روان مربوط می‌باشد، مؤثر واقع شود.



#### ۴-۲-۲-۶. اصالة الحلیة (حلال بودن چیزها)

انسان نسبت به اشیای موجود در خارج هرگونه دخل و تصرفی می‌تواند بکند؛ مگر در مواردی که دلیل بر منع آن وارد شده باشد. پس هرگاه در حلال یا حرام بودن چیزی شک کردیم و دلیلی نداشتیم، با اجرای اصل حلیت، به حلال بودن آن حکم می‌کنیم، مثلاً نمی‌دانیم استعمال دخانیات حرام است یا حلال و دلیلی هم نداریم، با اجرای اصالة الحلیة به حلیت آن حکم می‌کنیم. اصالة الحلیة مترادف با اصل اباحه است. دلیل این اصل آیات و روایاتی است که به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم.

الف) خداوند در قرآن می‌فرماید: «او کسی است که تمام آن چه را که روی زمین هست، برای شما خلق کرده است» (بقره/ ۲۹). این آیه در مقام امتنان است و آن زمانی مفهوم خواهد داشت که نعمت‌های الهی از هر جهت حلال باشد؛ مگر موارد استثنایی که با ادله تبیین می‌شود. (هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا)؛ (بقره/ ۲۹) «او کسی است که همه آن چه را در زمین است، برای شما آفرید.»

ب) در روایات آمده است تمام موارد برتو حلال است؛ مگر آن که به حرمت آن علم پیدا کنی. یا در تمام امور آزادی عمل هست مگر جایی که نهی وارد گردد، و یا آن چه را که خدا حلال کرده است، حلال است و آن چه حرام کرده است، حرام است، اما در مورد آن چه درباره اش سکوت کرده است، شما را از تکلیف و تعهد نسبت به آن معاف کرده است، آن را به همین صورت بپذیرید. قال الصادق (ع): «کل شی لک حلال حتی تعلم انه حرام» (کلینی، الکافی، ۵، ۳۰۴)

#### ۵-۲-۲-۶. قاعده نفی عسر و حرج

یکی از قواعد مهمی که در بهداشت و سلامتی فرد و جامعه و رعایت توان و استعداد افراد تأثیر بسزائی دارد، قاعده عسر و حرج است. حرج در لغت به معنای ضیق، محدودیت، تنگی و در تنگنا قرار گرفتن است. موارد استعمال آن هم به همین معنا است و گاهی به معنای جایی که درختان انبوه باشد و نیز به معنای کلفت و دشواری و گناه به کار می‌رود.

منظور از این قاعده در فقه و حقوق این است که هرگاه تکلیفی دشوار و مشقت بار باشد، ساقط می‌شود؛ اما حد و اندازه دشواری و مشقت که موجب سقوط تکلیف می‌شود، چقدر است؟ قدر مسلم این است که باید اقتضای نمود بر حد و اندازه و تعریف عسر و حرج شدید که تحمل آن عادتاً سخت دشوار باشد. با توجه به این معنا و این فتاوا برخی در بیان حد و اندازه و تعریف عسر و حرج نوشته اند: عسر و حرج آن است که مستلزم مشقت شدیدی باشد که مردم عادتاً آن را تحمل نمی‌کنند.

#### ۶-۲-۲-۶. قاعده لاضرر و لاضرار و اضطرار

اضطرار به معنای احتیاج، ناچاری، ناگزیری و درماندگی است، یعنی آن چه که نمی‌توان تحمل کرد. در اضطرار حکم موضوع از مکلف رفع می‌شود. در حقوق نیز حکم موضوع و مجازاتش ساقط می‌شود. با توجه به این که در اسلام ضرر رساندن به خود و دیگران نهی شده است، به مسلمانان اجازه داده نمی‌شود در محیط زندگی آلودگی ایجاد کنند و خود در برابر ضروریات بهداشت فردی و در محیط اجتماعی بی‌اعتنا باقی بمانند، لذا بار عظیمی از دشواری های جامعه را در تأمین بهداشت عمومی برمی‌دارد.

اگر در تنگنای مشکلات، اتخاذ شیوه های اضطراری برای حفظ جان مسلمانان ضرورت پیدا کند، جامعه اسلامی بر اساس رهنمودهای قرآنی راه خروج از اضطرار را خواهد یافت، مانند: الف) (مَا جَعَلَ عَلَيْكُمْ فِي الدِّينِ مِنْ حَرَجٍ)؛ (حج/ ۷۸) «او شما را برگزید و در دین (اسلام) بر شما هیچ تنگنایی قرار نداد». ب) (يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ)؛ (بقره/ ۱۸۵) «پس تعدادی از روزهای دیگر (روزه بدارد). خدا آسانی شما را می‌خواهد، و دشواری شما را نمی‌خواهد». ج) (فَمَنْ اضْطُرَّ غَيْرَ بَاغٍ وَلَا عَادٍ فَلَا إِثْمَ عَلَيْهِ)؛ (بقره/ ۱۷۳) «و [الی] کسی که ناچار شود، در صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد، پس گناهی بر او نیست.»



د) (إِلَّا مَا اضْطُرُّرْتُمْ إِلَيْهِ)؛ (انعام/ ۱۱۹) «مگر آن چه را که به (خوردن) آن ناچار شدید (که در این صورت حرام نیست)». (هـ) حدیث نبوی: «ما من شیئی حرمه الله الا وقد اخله لمن اضطر اليه»، (مجلسی، ۲، ۲۷۲)

### نتیجه گیری

در مطالعات مختلف لزوم توجه به بعد معنوی سلامت به عنوان بعدی تأثیرگذار بر ارتقای سلامت مورد تأکید قرار گرفته است. همان طور که اشاره شد، لازم است به جایگاه و وزن این بعد در مقایسه با سایر ابعاد سلامت توجه ویژه‌ای شود. آموزه های وحیانیبه دنبال سلامت همه ابعاد وجود انسان با محوریت نفس انسان برای دستیابی به حیات طیب و جاوید است، پس هر اقدامی جهت حفظ و یا بازیابی سلامت انسان که کانون تلاش های دانش آموختگان علوم پزشکی و سایر علوم مرتبط با سلامت است علاوه بر رعایت روش های علمی جزء نگر، منوط به نگاهی کل نگر و ملاحظه ابعاد مختلف حقیقت انسان است. این ملاحظه بدون در نظر گرفتن آموزه های وحیانی در ترسیم سلامت حقیقی انسان به دلیل عدم امکان رصد آن توسط حس وایزار مادر عملا غیر ممکن است.علاوه بر این توجه به شاخص های مستخرج از متون دینی نشان می دهد از منظر آموزه های دینی اصطلاح سلامت و ایمان هم پوشانی دارند. از دیدگاه دین میان ایمان و سلامت رابطه ای دوسویه برقرار است. هر که ایمان بیشتری دارد از سلامت بالاتری برخوردار است و هر که سلامت بیشتری داشته باشد این سلامت، عامل مهمی در ارتقار ایمان محسوب می شود.البته در اینجا دو شرط مهم وجود دارد که نباید مغفول واقع گردد اولاً منظور از ایمان صرفاً جنبه نظری و قلبی نیست بلکه منظور از آن مراعات تمام دستورات دین در حوزه قلبی و عملی است، ثانیاً منظور از یلامت صرفاً سلامت جسمی نیست بلکه سلامت تمام ابعاد حیات انسانی مورد نظر است. اساساً سلامت امری جدا از حقیقت انسان نیست و از منظر آموزه های وحیانی نباید سلامت را صرفاً به سلامت جسم و توابع آن مانند روان منحصر دانست. بنابر این برخی پیشنهادات در خصوص سلامت به شرح ذیل ارائه می گردد:

۱. نظام جامع سلامت می بایست متناظر با دو بعد روح و جسم انسان در نظر گرفته شود.
۲. در تدوین و پیاده سازی پروتکول های درمانی به ابعاد سلامت متناظر با ابعاد وجود انسان توجه شود.

### منابع

۱. ابوالقاسمی، محمدجواد (۱۳۹۱)، مفهوم‌شناسی سلامت معنوی و گستره آن در نگرش دینی، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال ششم، شماره بیستم، ۴۵-۶۸.
۲. اصفهانی، سیدمهدی (۱۳۸۹)، سلامت معنوی و دیدگاه‌ها، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال چهارم، شماره چهاردهم، ۴۱-۴۹.
۳. امیدواری، سپیده (۱۳۸۷)، سلامت معنوی، مفاهیم و چالش‌ها، فصلنامه تخصصی پژوهش‌های میان رشته‌ای قرآنی. سال اول، شماره اول، ۵-۱۷.
۴. صفایی‌راد، ایرج و دیگران (۱۳۸۹)، رابطه بهزیستی معنوی با سلامت روان دانشجویان، مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی سبزوار، دوره ۱۷، شماره ۴، ۲۸۰-۲۷۴.
۵. عباسی، محمود و همکاران (۱۳۹۱)، تعریف مفهومی و عملیاتی‌سازی سلامت معنوی، یک مطالعه روش‌شناختی، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال ششم، شماره بیستم، ۴۴-۱۱.
۶. مرزبند، رحمت‌الله و علی‌اصغر زکوی (۱۳۹۱)، شاخص‌های سلامت معنوی از منظر آموزه‌های وحیانی، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال ششم، شماره بیستم، ۶۹-۹۹.
۷. مرندی، سیدعلیرضا و فریدون عزیزی (۱۳۸۹)، مسئله جایگاه تعریف و دشواری‌های پایه‌ریزی مفهوم سلامت معنوی در جامعه ایرانی-اسلامی، فصلنامه اخلاق پزشکی، سال چهارم، شماره چهاردهم، ۱۱-۲۱.



۸ ولف، دیوید (۱۳۸۷)، روان‌شناسی و دین، ترجمه محمد دهقانی، تهران، انتشارات رشد.

9. Bensley R ، (۱۹۹۱)Defining spiritual health: A review of the literature. Journal of Health Education ، ۲۲: ۲۸۷ – ۲۹۰.
10. Carson ،NB ۱۹۸۹ Spiritual Dimensions of Nursing Practice. Philadelphia: W. B Saunders.
11. Chuengsatiansup ،k ۲۰۰۳Spirituality and health: an initial proposal to incorporate spiritual health in health impact assessment ،Environmental Impact Assessment Review،۲۳ ، ۱pp: ۳
12. Emblen ،D & Halstead ،L ۱۹۹۳Spiritual needs and interventions: comparing the views of patients ، nurses ،and chaplains ،Clinical Nurse.
13. Gomez R& Fisher ،JW ۲۰۰۳Domains of spiritual well - being and development andvalidation of the Spiritual Well - Being Questionnaire Personality and IndividualDifferences: ۱۹۹۱ – ۱۹۷۵: ۳۵.
14. Hartz ،GW ۲۰۰۵Spirituality and Mental Health: Clinical Applications ،New York: Haworth press American Journal of Health Promotion: ۹ ۳۷۱ – ۳۷۸.
15. Hawks S R& et al ۱۹۹۵Review of spiritual health: definition ،role ،and intervention strategies in health promotion.
16. Hungelman J& et al ۱۹۸۵Spiritual well-being in older adults: harmonious interconnectedness. Journal of Religion Health۲۴ ،: ۱۴۷ – ۵۳.
17. June M ،Como ۲۰۰۷A Literature Review Related to Spiritual Health and Health Outcomes۲۱ ، ۵: ۲۲۴ – ۲۳۶.
18. LK ،George & et al ۲۰۰۰Spirituality and health: What we know ،what we need to know ،journal of social and clinical psychology ،vol: ۱۹pp ۱۰۲ – ۱۱۶.
19. Murta ،H&Morita ۲۰۰۶Conceptualization of psycho-existential suffering by the Japanese Task Force: the first step of nationwide project. Palliate Support Care: ۴: ۲۷۹ – ۲۸۵.
20. Peterman ،AH & Fitchett ،G& et al ۲۰۰۲Measuring spiritual wellbeingin people with cancer: the Functional Assessment of Chronic Illness Therapy - Spiritual Well - Being Scale.
21. Ralph M ۲۰۱۰Steinmann ،Spirituality – The Fourth Dimension of Health An Evidence - Based Definition۲۰ ، th IUHPE World Conference on Health Promotion ۱۱ - ۱۵Geneva ،Switzerland.
22. Spreitzer ،Gretchen M ۱۹۹۵Psychological Empowerment in the Workplace: Dimensions ، Measurement ،and Validation ،The Academy of Management Journal: ۳۸ ۵: ۱۴۴۲ – ۱۴۶۵.
23. Steinmann R ،M ۲۰۰۸Spiritualität – die vierte Dimension der Gesundheit ،Eine Einführung.



## Health System in Islam

**Ali Dadmehr**

Lecturer, Department of Law & Judicial Sciences, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran (Corresponding Author)  
a.dadmehr@yahoo.com

**Vida Fakoori**

Master's Student, Family Law Field, Shabester Branch, Islamic Azad University, Shabester, Iran  
mohandesi05@gmail.com

### Abstract

**Context & Purpose:** The Holy Quran and the recommendations of the Imams of Athar in the form of verses, hadiths, and traditions have many references to the necessity and importance of health, hygiene and its impact in this worldly and hereafter life. Based on this, observing health and preserving health is the natural right of every human being and is considered one of the public interests of the social system and a part of everyone's responsibility.

**Research Method:** In the upcoming article, the researcher uses the library study method regarding the basics of health and health system in Islam and also the importance of health in Islam, some goals and methods of providing health and health in Islam are listed.

**Findings:** Since the laws of Islam are based on nature, compliance with health and safety is an obligation that is mandatory in some cases and must have a Sharia ruling. Therefore, there is no conflict between religion and hygiene, and this is one of the certain and emphasized principles of Islam.

**Conclusion:** In the health system of Islam, it is necessary for humans to benefit from God's blessings to reach God's evolution and satisfaction, and it is considered obligatory to take care and prevent injuries and pollution; In order to achieve this necessity in the physical and spiritual dimensions - in three cognitive, behavioral and emotional spheres - it provides a codified system and principles and rules to maintain human health and his salvation and his life plan from the beginning of formation to reaching On the Day of Resurrection, in different personal-social dimensions, in the form of tasks such as compliance with nutritional hygiene, physical, mental and sexual health, it is regulated and provided to the human society.

**Keywords:** Health, Islam, System