

## **Ablution wisdom in the view of Quran, Hadith, and medicine**

Delavar M(Pharm.D)<sup>1\*</sup>

1- Department of Pharmacology, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran

Received 13 Jan 2011 Accepted 8 March 2011

---

### **Abstract**

There are secrets to the orders and rules of God that have manifested in religion or religious practices. Cleanliness and hygiene, especially through ablution, are essential issues in worshiping God. Physical cleanliness is viewed as the way for reaching inner decency. There are two types of benefits to ablution: moral/spiritual and health. The immaculate man is favored by God and as God states in Quran: "immaculate and clean man can benefit from the content of Quran". Washing hands and face, at least three times daily, has significant effects on physical hygiene and washing the head and feet in water stimulates the nervous system in these organs. Today, it is a proven fact in neurophysiology that neural stimulation raises the level of awareness. One of the health benefits laid in ablution is that the body parts washed in ablution make up 20% of the body surface area but a major portion of brain cortex is stimulated by this simple act. Ablution, in addition to inner purity and spiritual refinement, increases physical cleanliness, triggers the central nervous system stimulation, and raises the awareness level.

**Keywords:** Ablution, medicine, Quran

\*Corresponding author:

Address: Department of Pharmacology, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran

Email: MDelavar@arakmu.ac.ir

## حکمت مطهرات (وضو و غسل) از دیدگاه قرآن، حدیث و علوم پزشکی

دکتر مصطفی دلاور

1- مربی، دکترای داروسازی، گروه فارماکولوژی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران

تاریخ دریافت 89/10/23، تاریخ پذیرش 89/12/18

## چکیده

احکام و قوانین الهی که در دنیا به صورت دین و دستورات عبادی ظهور کرده، اسرار و باطنی دارند. طهارت و نظافت و به خصوص وضو و غسل اهم امور است برای عبادت و طهارت ظاهر وسیله حصول طهارت باطن است. در فلسفه وضو و غسل دو نوع فایده وجود دارد. فایده اخلاقی و معنوی و فایده بهداشتی، انسان طاهر محبوب خداست و خداوند در قرآن فرموده افراد مطهر و پاک از معارف قرآن بهره می‌گیرند. شستن دست و صورت حداقل سه بار در شبانه روز اثر قابل ملاحظه‌ای در نظافت بدن دارد و مسح کردن سر و پا باعث تحریک اعصاب آن ناحیه می‌شود و امروزه ثابت شده در نوروفیزیولوژی تحریکات حسی میزان هوشیاری را بالا می‌برد و یکی از حکمت‌های بهداشتی وضو این است که قسمت‌هایی از بدن که در وضو شسته می‌شوند 20 درصد سطح بدن را تشکیل می‌دهند ولی قسمت اعظم قشر حسی مغز (آدمک حسی) با این عمل تحریک می‌شود. وضو و غسل علاوه بر طهارت باطن و صفای روح باعث نظافت جسم و تحریک سیستم اعصاب مرکزی و افزایش هوشیاری نیز می‌شود.

واژگان کلیدی: وضو، غسل، قرآن، علم پزشکی

\* نویسنده مسئول: اراک، دانشگاه علوم پزشکی اراک، گروه فارماکولوژی

Email: MDelavar@arakmu.ac.ir

## مقدمه

الْمُطَهَّرُونَ افراد مطهر و پاک از معارف قرآن بهره می‌گیرند."

مطهر واقعی اهل بیت عصمت و طهارتند و آنها هستند که به حقیقت قرآنی راه دارند و شاگردان آنها هم به اندازه طهارتشان بهره می‌گیرند(1).

اعضایی که در آن وقت (وضو و غسل) امر به شستن آنها شده چون مباشرت امور دنیوی بوده‌اند و در کدورت فرو رفته‌اند از اهلیت ایشان در خدمت خداوند سبحان بیرون رفته‌اند پس امر به شستن آنها شد تا از این کدورات پاک شود و بعد از آن تامل کند که شک نیست که به محض شستن، آنها را از چرکین دنیا و کثافات جسمانیه، پاک و مطهر نمی‌سازد تا دل خود را از علایق خسیسه دنیویه و اخلاق ذمیمه پاک نگرداند و عازم به بازگشت به خدا نباشد.

و اما در غسل امر شده که جمیع بدن شسته شود زیرا که پست‌ترین حالات انسان حال جماع است چون در این حالت بدن تحت قوه شهویه است و لذت به همه بدن او عاید می‌شود و از این حیث حضرت رسول (ص) فرمود که در زیر موئی جنابتی است پس در آن وقت همه جسم او غرق لذت دنیویه است پس باید همه شسته شود تا صلاحیت توجه به جانب خداوند سبحان را داشته باشد(2).

در حدیث معراج پیامبر (ص) فرموده به من وحی کرد ای محمد(ص) «صاد» نزدیک شو اعضای سجده خویش را بشوی و آنها را پاک گردان و بر پروردگارت نماز بگذار (صاد آبی است که از ساق راست عرش جاری است) سپس وحی فرستاد صورت خود را بشوی که عظمت مرا خواهی نگرستی پس از آن دو زارع راست و چپ را بشوی که با دست کلام مرا خواهی گرفت سپس با باقی مانده همان آب دست سرو پاها را تا بر آمدگی مسح کن(5).

از این حدیث چند مطلب فهمیده می‌شود اول اینکه برای وضو و نیز برای آب وجودی کامل در عرش است آب همان است که از نهر صاد جاری است و یکی سوره‌های قرآن بدین نام است. دوم این که وضو دارای حکمتی است و چهره کسی که قصد نگرستن به عظمت

هر آنچه در عالم دنیا است باطنی دارد، زیرا دنیا تنزل یافته عالم بالا است. هر چه در عالم دنیا است نمونه‌ای است از آنچه در عالم معناست. احکام و قوانین الهی هم که در دنیا به صورت دین و دستورات عبادی ظهور کرده است اسرار و باطنی دارد(1).

طهارت و نظافت اهم امور است از برای عبادت، زیرا طهارت ظاهر وسیله حصول طهارت باطن است و از این جهت مدح آن در آیات و اخبار وارد شده است. خدای تعالی می‌فرماید "والله یحب المطهرین، خدا دوست دارد طهارت کنندگان را" و پیامبر (ص) فرمود بنا نهاده شده است دین بر پاکیزگی و فرمود پاکیزگی نصف دین است(2).

خداوند در سوره مائده آیه 6 می‌فرماید: ای کسانی که ایمان آورده‌اید چون به [عزم] نماز برخیزید صورت و دستهایتان را تا آرنج بشوید و سر و پاهای خودتان را تا برآمدگی پیشین [هر دو پا] مسح کنید و اگر جنب‌اید خود را پاک کنید [=غسل نمایید] و اگر بیمار یا در سفر بودید یا یکی از شما از قضای حاجت آمد یا با زنان نزدیکی کرده‌اید و آبی نیافتید پس با خاک پاک تیمم کنید و از آن به صورت و دستهایتان بکشید خدا نمی‌خواهد بر شما تنگ بگیرد لیکن می‌خواهد شما را پاک و نعمتش را بر شما تمام گرداند باشد که سپاس [او] بدارید(3).

در فلسفه وضو و غسل دو نوع فایده وجود دارد. فایده بهداشتی و فایده اخلاقی و معنوی(4). در این مطالعه سعی می‌شود با بررسی منابع معتبر برخی از اهداف وضو را بیان کنیم.

## یافته‌ها

انسان طاهر محبوب خداست و اگر کسی محبوب خدا شد آثار خدایی در او ظهور می‌کند. کسانی از قرآن سهم دارند که طاهر باشند. چنان که خداوند در قرآن فرموده "إِنَّهُ لَقُرْآنٌ كَرِیمٌ فِی كِتَابٍ مَّكْنُونٍ لَّا یَمَسُّهُ إِلَّا

### فواید بهداشتی وضو و غسل

شستن صورت و دست‌ها آن هم پنج بار و یا حداقل سه بار در شبانه روز اثر قابل ملاحظه‌ای بر نظافت بدن دارد و همچنین مسح کردن سرو پا باعث تحریک اعصاب آن ناحیه می‌شود. چرا در هنگام جنب شدن باید تمام بدن شسته شود در حالی که فقط عضو معینی آلوده می‌شود؟ آیا میان بول کردن و خارج شدن منی تفاوت است؟

پاسخ این است که خارج شدن منی یک عمل موضعی نیست مثل بول به دلیل این که اثر آن در تمام بدن آشکار می‌شود و تمام سلول‌های بدن در یک حالت سستی مخصوص فرو می‌روند و این نشانه تاثیر آن بر تمام اجزای بدن است (4).

### ارتباط وضو و سیستم اعصاب مرکزی

امروزه دانش نورو فیزیولوژی پیشرفت زیادی کرده و هر روز قسمتی از اعمال بسیار پیچیده این سیستم کشف می‌شود و برخی از این یافته‌ها ما را به گوشه‌ای از حکمت بعضی از احکام الهی آشنا می‌کند.

ما اعصابی را در سراسر بدن داریم که بعضی از حس‌ها مثل حس لمس، درد، سرما، گرما و فشار را به مغز منتقل می‌کند و در مغز (قشر حسی) این پیام‌ها ادراک می‌شود و حس هر قسمتی از بدن به قسمت خاصی از مغز منتقل می‌شود (هر قسمتی از قشر حسی به بخش معینی از بدن مرتبط است) و اگر این قسمت‌ها را به هم وصل کنیم شکل یک آدمک (آدمک حسی) به دست می‌آید.

تناسب اندام‌های آدمک حسی شبیه به انسان واقعی نیست یعنی اعضاء مثل صورت و دست‌ها خیلی بزرگ هستند در حالی که تنه و پا کوچک هستند و کف پا بزرگ است. در این آدمک اعضایی که بزرگ هستند حساسیت بیشتری دارند (گیرنده‌های حسی بیشتری دارند) اگر به نقشه آدمک حسی توجه کنیم می‌بینیم اعضاء بزرگ آدمک حسی تقریباً همان اعضایی هستند که در هنگام وضو گرفتن مرطوب می‌شوند (7).

پروردگار را دارد باید با آبی شسته شود که از ساق عرش جاری است.

سوم این که دست‌ها، سر و پای کسی که می‌خواهد به جای مبارک قدم گذارند با همان آب شسته و مسح گردند. بدون شک بین سر، حکمت و ادب وضو فرقی است زیرا سر، همان وجود غیبی برای وضو است که در عرش است. حکمت عبارت از فایده‌ای است که بر وضو مترتب است و ادب، وظیفه کسی است که برای نماز وضو می‌گیرد چون رعایت اخلاص و مانند آن، چون غیر خالص پاک و طاهر نیست (5).

وضو، مقدمه عبادت به حساب می‌آید حتی سفارش شده در تمام اوقات با وضو و طهارت باشند. از امام رضا (ع) نقل شده حکمت وضو گرفتن این است انسان با اعضاء پاک متوجه خداوند سبحان می‌گردد (با صورت پاک به سوی تو و در خاک تو بیفتم و با دست پاک به دعا برخیزد و حاجت بخواهد و مسح سر و پا می‌کنیم تا با فکر پاک و پای پاک و از سر تا پا پاک باشد و به طرف خداوند بایستد و لذت ببرد).

همه دستورات برای تطهیر است، انسان نمازی خواند برای آن که طاهر شود روزه می‌گیرد برای آن که طهارت شود جنگ می‌کند تا زمینه طاهر شدن آماده کند (1).

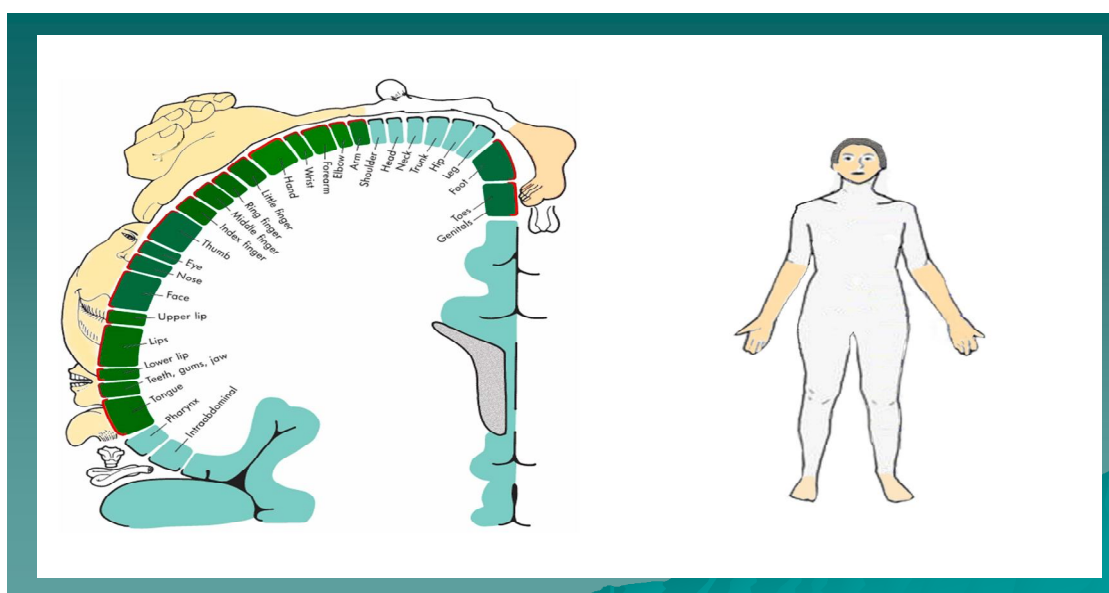
امام باقر (ع) فرموده " لا صلوه الا بطهور نماز بدون وضو نماز نیست." وضو جزئی از ایمان است نورانیت و صفای درونی می‌آورد، نشاط آورو کسالت زدا است. فیض کاشانی گفته است یک مرتبه از مادیت برخاستن و به معنویت سفر کردن دشوار است اما وضو انسان را کم کم آماده می‌سازد (6).

طهارت به منزله اجازه ورود به حضور خداست، البته طهارت مراتبی دارد طهارت ظاهر، از نجاسات و آلودگی‌ها طهارت اعضاء، از گناهان و جرایم طهارت روح، از مفساد و رذایل اخلاقی البته گاهی طهارت لازم برای نماز با غسل میسر

است و در مواردی هم وظیفه نماز گذار تیمم است (6)

شده است و اگر تمام بدن شسته شود چیز زیادی به تحریک ناشی از وضو افزوده نمی‌شود حتی بسیاری از مستحبات وضو هم با این مسئله ارتباط دارد مثلاً این که مستحب است با کمی آب هنگام وضو دهان را بشوئیم و یا وضو گرفتن با آب سرد و خشک نکردن اعضا بعد از وضو همه این دستورات میزان تحریکات حسی را بیشتر می‌کند (7). شکل 1 به مقایسه بخش‌هایی از بدن که موقع وضو شسته و مسح می‌شوند با قسمت‌های تحریک شده قشر مغز می‌پردازد.

امروزه ثابت شده در نورو فیزیولوژی تحریکات حسی میزان هوشیاری را بالا می‌برد و هر چه پیام‌های حسی بیشتری به مغز ارسال شود از هوشیارکنندگی بیشتر است. و با توجه به نقشه آدامک حسی می‌بینیم در جریان وضو صورت، ساعد و کف دست‌ها، جلوی سر و روی پاهای آدامک حسی تحریک می‌شوند یعنی قسمت اعظم قشر حسی تحریک می‌شود و هوشیاری به سطح بالایی می‌رسد در حالی که حدود 20 درصد از سطح بدن مرطوب



شکل 1. مقایسه قسمت‌هایی از بدن که موقع وضو شسته و مسح می‌شوند با قسمت‌های تحریک شده قشر مغز

در جهت آن میدان قرار می‌گیرند و این باعث می‌شود نظم میدان مغناطیسی بدن مابه هم بخورد. علاوه بر عوامل خارجی یک سری عوامل داخلی نیز وجود دارند که باعث خلل در میدان بدن می‌شود مهم‌ترین آن بارهای الکتریکی هستند که در هنگام شارژ بار در عصب از اطراف آن به وجود می‌آیند و به صورت الکتریسته ساکن در بافت‌های بدن ذخیره می‌شوند و میدان مغناطیسی که در اطراف این بارها ایجاد می‌شود در میدان بدن خلل ایجاد می‌کنند، این بارها در نقاطی که تراکم اعصاب حسی بیشتر است بیشتر ذخیره می‌شوند که از جمله این نقاط ناحیه سر، صورت، دستها و مچ پا به پایین است که در این اعضا سر اهمیت

هارولد بوربرای اولین بار به وجود یک میدان مغناطیسی در اطراف بدن موجود زنده از جمله انسان پی‌برد. چون در بدن انسان میلیون‌ها عصب وجود دارد که کار انتقال پیام در بدن به وسیله تحریک الکتریکی این اعصاب صورت می‌گیرد و در اثر شارژ بار در اعصاب ما به دور آنها یک میدان تشکیل می‌شود و میدان بدن ما در اثر فعالیت هم زمان میلیون‌ها عصب به وجود می‌آید که میدان حیاتی نام دارد میدان‌های مغناطیسی خارجی باعث ایجاد خلل در میدان مغناطیسی می‌شوند و چون 70 درصد بدن انسان را آب تشکیل می‌دهد (ملکول آب دو قطبی است) زمانی که در معرض یک میدان مغناطیسی قرار می‌گیریم این ملکول‌ها

بیشتری دارد چون بارهای ذخیره شده در آن باعث خلل در امواج و میدان مغناطیسی مغز می‌شود (8). این نواحی همان نواحی هستند که هنگام وضو شسته می‌شوند و تحقیقات نشان داده بهترین راه دفع این بارهای زاید استفاده از یک ماده رسانا است که سریع‌ترین، ارزان‌ترین و بی‌ضررترین ماده آب است و آب هرچه خالص‌تر باشد سریع‌تر این بارهای ساکن را از بدن خارج می‌کند.

خداوند راه حل تمام این عوارض را در یک عمل نسبتاً ساده ولی بسیار تاثیر گذار قرار داده و آن نماز است. به طور شگفت‌انگیزی اگر انسان در هر نقطه از زمین رو به قبله بایستند میدان مغناطیسی بدن به میدان زمین منطبق می‌شود و در مدتی که در نماز است میدان مغناطیسی بدنش منظم می‌شود (8).

در بدن انسان دو سلسله اعصاب نباتی (خود مختار) به نام‌های سمپاتیک و پاراسمپاتیک وجود دارد که اکثر فعالیت‌های بدن را کنترل می‌کنند و تقریباً در همه اعضاء بدن گسترده‌اند. معمولاً اعصاب سمپاتیک اعمال بدن را تحریک و آنها را وادار به کار می‌دارند و اعصاب پاراسمپاتیک موجب کند شدن فعالیت آنها می‌شوند. این دو سیستم عصبی باید در تعادل باشند تا بدن به صورت متعادل کار کند و گاهی تغییراتی در بدن صورت می‌گیرد که این تعادل را به هم می‌زند که از جمله این تغییرات ارگاسم یا اوج لذت جنسی است در این موقع سلسله اعصاب پاراسمپاتیک بر اعصاب سمپاتیک پیش می‌گیرد و تعادل به شکل منفی به هم می‌خورد و امروزه ثابت شده که از جمله اموری که می‌تواند این تعادل از دست رفته را باز گرداند تماس آب با بدن است و چون تاثیر شهوت بر تمام بدن است تعادل این دو سیستم در تمام بدن به هم می‌خورد و از این رو باید تمام بدن شسته شود البته انجام غسل موجب نظافت و رعایت بهداشت و پاکیزگی هم می‌شود که در اسلام هم به آن تاکید شده است (9).

علاوه بر اینها، غسل موجب نشاط و شادابی بدن، قلب و تحریک عصب‌های زیر پوست و بهبود جریان خون و ورزش عضلات می‌شود و آنها را از حالت مردگی بیرون

می‌آورد و کسانی که اعتقاد به غسل هم ندارند در عین حال بعد از عمل زناشویی بدن را با آب می‌شویند در خصوص تیمم این شبهه وجود دارد که خاک مظهر میکروب و کثافات است پس چرا از آن استفاده می‌شود؟ در پاسخ باید گفت درست است که خاک بعضی وقتها میکروب‌ها و انگل‌ها را در خود جای می‌دهد ولی ذاتاً پاک است. قرآن اشاره بر خاک پاک می‌کند نه هر خاکی، در ضمن خاک بهترین ماده‌های ضد عفونی کننده را در خود دارد و قدرت میکروب‌کشی را هم دارد (9).

پس معلوم شد که طهارت به عنوان راز و حکمت عبادت تعیین شده و مراد طهارت ظاهری نمی‌باشد (شستشوی ظاهر بدن با آب) چرا که در مورد تیمم هم می‌فرماید تیمم بگیرد تا پاک شوید (طهارت معنوی پاک شدن از غرور و کبر). عبادت در کام انسان پاک لذت پیدا می‌کند و حقیقت عبادت را هم جز افراد پاک نمی‌یابند.

همچنین با توجه به مطالب رابطه وضو و تحریک قشر حسی مغز و ایجاد بارهای زاید الکتریکی در اطراف بدن این نتیجه را می‌توان گرفت که شرع مقدس خواسته با سهل‌ترین عمل (وضو) علاوه بر آثار معنوی، بیشترین اثر که همان هوشیاری، نشاط، دفع بارهای الکتریکی زاید و توجه کافی برای به جا آوردن نماز است حاصل شود. اما بهترین شیوه تحریک حسی به منظور تولید نشاط استفاده از آب است زیرا هم بی‌خطر است، و هم بهداشتی و از لحاظ روانی خوشایند و قابل دسترس است.

با توجه به دستورالعمل غسل هم می‌بینیم نحوه انجام این عمل دقیقاً در جهت رفع و به تعادل رساندن تغییرات صورت گرفته در اثر ارگاسم در سلول‌ها و سیستم اعصاب بدن است. نکته دیگری که بسیار قابل اهمیت است این که شناسائی آدمک حسی در سال 1954 میلادی صورت گرفته و همچنین آشنایی با عمل اعصاب سمپاتیک و پاراسمپاتیک نیز حداکثر طی چند دهه قبل صورت گرفته و قطعاً در زمان نزول آیه وضو و غسل خصوصیات آدمک حسی و علوم اعصاب جزء علوم بشری نبود و در واقع کشفیات بشری را در کتابی می‌یابند که قرن‌ها پیش نازل شده

4. Abbasnezhad M. Mabani va moghadamate rabeteye Quran va oloome rooz. Mashad: Seminary and University of Quranic research; 2007.
5. Javadi Amoli A. The pray secrets. Qom: Asra Pub; 2004.
6. Gheraati M. The pray secrets. Qom: Quran educations cultural center. 2008.
7. Marashi SA. Quran wisdom of ablution and brain structure. Besharat Journal 1999; 7: 39-42.
8. Marashi SA. Magnetic field impact on the human body. Available from: <http://duneshju.ir/forum/f478>.
9. The relations between ablution and body nervous system balance. Available from: <http://tarbiat41.blofa.com/post.10.aspx>.

بنا بر این عقل سلیم حکم می‌کند که آیه وضو ناگزیر از جانب طراح قشر حسی و سیستم اعصاب صادر شده است. لذا به نظر می‌رسد اهتمام به ظرایف علوم تجربی در قرآن کریم و بررسی آنها از نیازها و وظایف دانشمندان اسلامی است.

#### منابع

1. Javadi Amoli A. Aghl va vahy. Qom: Asra Pub; 2000.
2. Naraghi A.MM. Meraj al-saadat, 1<sup>st</sup> ed. Oom: Ghaem ale mohammad pub.2006.
3. Gheraati M. Tafsire noor. Qom: Dar rahe hagh Pub. 1999.