

Spiritual Health and psychosis in the light of Quran

Ebrahimi E(PhD)^{1*}

1- Department of Religion, Arak University, Arak, Iran

Received 6 Dec 2010 Accepted 8 March 2011

Abstract

This study considers the art of Quran in healing human psychological and spiritual disorders. Since the subject matter of Quran and medicine is human and the objective of both is health and welfare of human body and soul, it is suggested that man can learn how to remedy his psychological pains through Quran. Accordingly, after providing definitions for sick and healthy heart and soul, we will look at some instances of psychiatric disorders and investigate them closely through ideas put forward by scientists. Also, we argue that the origin of these diseases goes back to human motivations, belief system, and social and political matters, while some are related to ethical principles. Then we will focus on the qualities and effects of healthy soul in the view of Quranic verses. Eventually, it will be stated that since human behavioral reactions are the signs of a healthy soul or a psychotic one, those who seek peace in this world and salvation in the afterworld are suggested to prevent and cure psychological problems and create balance in their personality by using commandments given by Quran since the aim of Quran is maintaining balance between different instincts.

Keywords: Health, medicine, psychosis, Quran

*Corresponding author:

Address: Department of Religion, Arak University, Arak, Iran

Email: e-ebrahimi@araku.ac.ir

سلامت و رنجوری روان از منظر قرآن کریم

دکتر ابراهیم ابراهیمی

استادیار گروه الهیات (علوم قرآن و حدیث) دانشکده علوم انسانی دانشگاه اراک

تاریخ دریافت 89/9/15، تاریخ پذیرش 89/12/18

چکیده

این پژوهش، هنر قرآن را شفا بخشی بیماری‌های روحی و روانی انسان دانسته و از آنجا که موضوع قرآن و پزشکی، انسان است و هدف هر دو سلامت و سعادت روانی و جسمانی است، از این رو توصیه شده که درمان دردهای روانی را می‌توان از قرآن فرا گرفت. در همین راستا، بعد از تعریف روان و قلب سالم و مریض، برخی از مصادیق امراض روانی از رهگذر اشاره به آیات و آرای بزرگان مورد بررسی قرار گرفته و عنوان می‌شود که این امراض، برخی بر مبنای انگیزه‌های انسانی، برخی دیگر مربوط به مسایل اعتقادی، برخی مربوط به مسایل اجتماعی و سیاسی و پاره‌ای نیز مربوط به مسایل اخلاقی است. آنگاه در ادامه پژوهش، به نشانه‌ها و آثار روان سالم در پرتو آیات قرآنی پرداخته و در پایان گفته می‌شود از آنجا که بازتاب‌های رفتاری انسان از علایم انگیزه‌های روان سالم یا روان رنجوری است، توصیه می‌شود آنان که خواهان رسیدن به آرامش روانی در دنیا و رستگاری در آخرت‌اند، با به کارگیری آموزه‌ها و دستورهای قرآن کریم، روان رنجوری‌ها را پیش‌گیری و یا درمان نموده و در شخصیت خود توازن و تعادل برقرار کنند که هدف قرآن نیز برقراری تعادل و توازن در غرایز مختلف است.

واژگان کلیدی: قرآن، طب، روان رنجوری، سلامت

* نویسنده مسئول: اراک، دانشگاه اراک، دانشکده علوم انسانی

Email: e-brahimi@araku.ac.ir

مقدمه

موضوع قرآن و طب، انسان است و هدف هر دو سلامت، سعادت و فلاح و رستگاری است و هر دو برای رسیدن به این اهداف دستورالعمل صادر کرده و تجویزاتی را توصیه می‌کنند، با این فرق که تجویزات قرآنی آسیب پذیر نیست و هیچ‌گونه اثر نامطلوبی بر روان آدمی ندارد (خطبه 119) (1) درحالی که تجویزات طب ممکن است اثرات نامطلوبی داشته باشد (نامه 31) (1) از این رو لازم است که درمان دردهای روانی را از قرآن بگیریم، چون قرآن شفا هر درد روانی است.

اسلام وجود آدمی را متشکل از دو بعد روانی (غیر مادی) و جسمانی (مادی) معرفی می‌کند (فجر - 29) (2) و سلامت هر یک را در گرو سلامت دیگری و متأثر از آن می‌داند. روح و بدن، هر یک برای خود سلامتی و بیماری مخصوص به خود را دارند و به هم خوردن تعادل در یکی از آنها دیگری را تحت تاثیر قرار می‌دهد (سوره یوسف - آیه 184) (2).

سلامت روان به معنای تعادل و انسجام فراگیر در همه ابعاد جسمانی و نفسانی انسان است که قلب سلیم (شعرا - 89) و نفس مطمئنه (فجر - 27) از جمله علایم آن است و در مقابل، بیماری روانی خارج شدن از حد اعتدال است که امراض قلبی و اضطراب از جمله نشانه‌های آن می‌باشد (مائده - 52).

مرطبی مطهری می‌نویسد: همواره در جهان، اصالت از آن سلامت و صحت است و بیماری‌ها استثنایی و اتفاقی هستند. در ساختمان هر موجود زنده، قدرتی نهفته است که به نفع سلامت و تندرستی او فعالیت می‌کند و از هستی او حمایت می‌نماید. گلبول‌های سفید در خون با قدرت دفاعی که دارند شاهد این مدعاست. همچنین خاصیت جبران‌کنندگی و ترمیم‌کنندگی در بدن موجودات زنده شاهدهی دیگر است. در سرشت هر موجودی که از مسیر اصلی خود منحرف گردیده است کششی وجود دارد که او را به سوی حالت اولیه باز می‌گرداند. به اصطلاح فلاسفه، در هر طبیعت که گرفتار قسر گردد، میلی برای

رجعت به حالت طبیعی پدید می‌آید؛ یعنی همیشه در جهان نیروی گریز از انحراف و توجه به سلامت و صحت حکم فرماست (3).

اگر بدن انسان بخواهد سالم باشد بایستی در آن تعادل برقرار گردد؛ یعنی مثلاً گلبول‌های سفید خون از مقدار معین نه بیشتر باشد و نه کمتر، و همچنین گلبول‌های قرمز خون، اوره خون، فشار خون، مرض چیزی نیست جز نبودن سلامتی و آنچه که در بدن انسان اصل است همان تعادل و سلامتی است و اگر در اثر عدم تعادل بیماری پیش آمد خواه ناخواه به اصل اولیه که سلامتی باشد برخورد گشت (3).

شفا بخشی قرآن

خداوند واژه شفاء را سه مرتبه در قرآن به کار برده است و آن را درمانی برای دلها می‌داند (یونس - 57) این واژه در لغت به معنای نقطه آخر چیزی است که مشرف به نابودی یا نجات باشد، از این رو شفا یافتن بیمار به معنای عافیت یافتن و نجات از بیماری است، بر این پایه مقصود از شفای قرآن، نجات از انحطاط و سقوط مادی و معنوی است که به وسیله هدایت انجام می‌پذیرد (4).

ابوالفتوح رازی وجه تسمیه و نامگذاری قرآن به شفا را در سه معنا می‌داند: 1- قرآن دلیل نبوت و صدق آورنده آن است که مردم به واسطه آن از سرگردانی ضلالت و گمراهی، به هدایت خلاصی می‌یابند، مانند بیماری که از مرض شفا یابد. 2- قرآن بیانگر دلایل روشن است و هر صاحب شک و شبهه‌ای را که در او نظر کند به علم و یقین رهنمون سازد و علم، شک او را از بین می‌برد. 3- محال نیست که مردم به قرآن تبرک جویند و شفای بیماری جسمی خویش را از او طلب نمایند؛ چرا که احادیث زیادی در این زمینه آمده است و از جمله نام‌های سوره حمد شفا است (5).

حضرت علی (ع) می‌فرماید: «روز فتح مکه با پیامبر (ص) به کنار کعبه آمدیم، آن حضرت شروع به سخن نمود و از جمله فرمود: هر کس به وسیله قرآن شفا نجوید، خدا او را شفا نخواهد داد.» (6).

بخش آن را نپذیرد و عمل نکند و یا عملش نادرست باشد» (7).

قرآن کریم همه بیماری‌های اعتقادی و اخلاقی را درمان می‌کند، جهل را با علم، شک را با یقین، غم و اندوه را با آرامش، ترس و هراس را با امید، نگرانی از آینده را با عزم و ثبات برطرف می‌سازد. مؤمن در پرتو شفای قرآن به ولایت می‌رسد که خاصیت ولایت، نجات از این‌گونه عوامل سو می‌باشد (یونس - 62) (2).

ناصرمکارم شیرازی درباره شفا بخشی قرآن می‌نویسد: قرآن که مدعی شفا بخشی است، صبر نمی‌کند تا شخص بیمار شود آنگاه به مداوایش بپردازد بلکه قرآن در مقام پیش‌گیری نیز کوشاست و سعی‌اش بر آن است تا انسان‌ها به امراض فکری و قلبی دچار نشوند. قرآن در مرحله نخست به انسان‌ها نسبت به بیماری هشدار می‌دهد و اگر کسی در این مرحله هشدار خداوند را جدی نگرفت و به عمل ممنوع، اقدام نمود، مریض می‌شود. در این مرحله نیز قرآن رهنمود دارد و کیفیت مداوای مریض و راه درمان را به او نشان می‌دهد تا او را از بیماری برهاند. اگر در این مرحله نیز سخن قرآن را نشنید و به آن عمل نکرد، آن وقت دیگر خدا او را به حال خود وا می‌نهد و چنین مریض‌رها شده‌ای به طور طبیعی هر روز بیمارتر می‌شود (8).

روان کلمه‌ای فارسی است که معادل آن در فرهنگ قرآن، نفس یا روح است و بیماری و سلامت روان در قرآن غالباً به «قلب» نسبت داده می‌شود (بقره - 10، صفات - 84، فتح - 4) (2). که در فارسی از آن به دل تعبیر می‌شود.

«فخر الدین طریحی» در مجمع البحرین می‌نویسد: بهشت را دارالسلام می‌نامند چون ساکنان آن از هر آفتی سالم‌اند. برخی از عارفان گفتند: سالم کسی است که از هر عیب و آفت و نقص و نابودی در امان باشد، لذا خدای سبحان که عاری از هر نقص و عیب و آفت و نابودی است، مصداق واقعی سلام است (9).

«دکتر محمد معین» در کتاب فرهنگ فارسی خود هشت معنا برای سلامت آورده است: 1- بی‌گزند شدن،

هنر قرآن شفا بخشی امراض روحی و روانی انسان است و امراض روانی و درمان آن سخت‌تر از امراض جسمی است. انسان همواره با دو گونه بیماری مواجه است، یکی بیماری جسمی و دیگری بیماری روحی و اخلاقی. در این میان خطر بیماری‌های روحی و اخلاقی بیش از بیماری جسمی است، چرا که بیماری دست و پا یا چشم و گوش معمولاً پس از گذشت مدتی بهبود می‌یابد ولی مرض حسادت، بخل، لجاجت، عقده و کینه دیگران در دل داشتن و غیره یک عمر همراه آدمی است. با این وجود این دو بیماری شباهت بسیاری نسبت به یکدیگر دارند، هر دو کشنده‌اند، هر دو نیازمند طبیب، درمان و پرهیزند و هر دو گاهی سبب سرایت به دیگران می‌شود. بخل، جهل، کبر و غرور، حسد، نفاق، ترس، عشق به دنیا، وابستگی به مادیات و فرو رفتن در شهوات، از جمله بیماری‌های روحی و اخلاقی‌اند.

حضرت امیرمومنان (ع) در خطبه 76 درباره شفا بخشی قرآن می‌فرماید: درمان خود را از قرآن بخواهید، و در سختی‌ها از قرآن یاری بطلبید که در قرآن درمان بزرگترین بیماری‌ها یعنی کفر و نفاق و سرکشی و گمراهی است (1) قرآن هر نوع بیماری روانی را که مانع رشد معنوی انسان شود، درمان می‌کند؛ بیماری کفر و نفاق را با ایمان (سلامت اعتقادی) و سرکشی و ضلالت را با رشد و هدایت (سلامت رفتاری) درمان می‌کند.

عبدالله جوادی آملی درباره شفا بخشی قرآن می‌نویسد: «بیمار اگر بخواهد درمان شود، با شفا بهبود می‌یابد و دارو شفای مریض نیست زیرا بسیار اتفاق می‌افتد که مریض دارویی را مصرف می‌کند اما بیماری او شفا نمی‌یابد. خداوند قرآن را دارو معرفی نمی‌کند بلکه او را شفا می‌داند و شفا بخشی آن نیز قطعی است. هر کس که به قرآن روی آورد، آن را بفهمد، بپذیرد و عمل کند به طور قطع بیماری‌های درونی‌اش از بین می‌رود، مگر این که شخص مریض به قرآن مراجعه نکند و یا مراجعه‌اش از روی میل نباشد و یا پس از مراجعه به قرآن دستور و نسخه شفا

اندیشه‌ای که از نادرستی عاری باشد، در روز قیامت رستگار است (شعرا- 89).

بنابراین، قلب سلیم تنها سرمایه ثمر بخش برای انسان در قیامت است. اعتقاد به یگانگی خدا و بیزاری از شرک و بت پرستی، نشانه بهره‌مندی از قلب سلیم است و مراد حضرت صادق علیه السلام از قلب سلیم، (12) قلب خالی از شرک است. تبلور تمامی ارزش‌های وجودی انسان، در پاکی و سلامت قلب و روح او از شرک و بت پرستی است.

قرآن کریم (صافات - 83-8)، ابراهیم (ع) را برخوردار از قلبی پاک از آفت‌ها و امراض روحی، اخلاقی و شخصیتی معرفی می‌کند که با قلبی سلیم به پیشگاه پروردگار بار یافته است (2) قلب سالم از امراض روحی و اخلاقی، پایه و اساس خصلت‌های پسندیده و کمالات انسانی است و تمامی خصلت‌ها و رفتارهای ناپسند، از قلب نا سالم نشأت می‌گیرد (13).

قرآن کریم یکی (واقعۀ - 26) از صفات بهشتیان را «سلام» می‌داند و «لغو» و «تائیم» دو گونه بیماری معرفی می‌کند (2) یعنی بیهوده گویی و دادن نسبت‌های ناروا، دو بیماری روانی برای انسان‌ها است.

ملا صدرا شیرازی می‌فرماید: لغو مربوط به قوه متخیله است و ناشی از ضعف عقل است و تائیم مربوط به قوه طبیعت و ناشی از غلبه طبیعت و عجز نفس است (14).

مصادیق بیماری قلب در قرآن کریم

انسان از نظر قرآن کریم یا سالم و صاحب قلب سلیم‌اند یا مریض و صاحب بیماری روانی‌اند. سالمان، مومنان عادل‌ی هستند که قلبی سالم دارند. و مریضان یا مومنان ضعیف‌الایمان و تبهکاری هستند که بیمار شدند. یا کافران و منافقانی هستند که مبتلا به بیماری مزمن شده‌اند.

در قرآن کریم عبارت قلب مریض «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ» دوازده مرتبه آمده است که بعضی مربوط به کافران و منافقان و برخی مربوط به مومنان تبهکار است. مَرَضٌ یا بیماری به معنای خارج شدن حالت مزاج انسان از اعتدال است که ویژه انسان است.

بی‌عیب شدن 2- رهایی یافتن، نجات یافتن 3- امنیت 4- عافیت، تندرستی 5- نجات، رستگاری 6- خلاص از بیماری، شفا 7- آرامش، صلح 8- سالم، تندرست (10).

بیمار روانی معمولاً زمانی به کار می‌رود که فرد با مشکلی روبه‌رو گردد؛ به گونه‌ای که نتواند رفتار متعادل و مناسبی را از خود بروز دهد. یعنی اگر فردی در برابر خطر از خود واکنش مناسبی بروز ندهد آن را یکی از نشانه‌های اختلال روانی به شمار آورده و متهم به عدم تعادل و سلامت روانی می‌کنیم. سلامت روانی معمولاً زمانی به کار می‌رود که فرد با مشکلی رو به‌رو گردد و از خود دفاع نماید یا خود را با محیطی که فرد در آن زندگی می‌کند هماهنگ نماید یا این که در برابر چیزهایی که سلامت جسم و جاننش را تهدید می‌کند موضع‌گیری مناسبی از خود بروز می‌دهد. مفهوم سلامت در عرف لغت به معنای عاری بودن از هرگونه آفت است، سلامت (خواه سلامت جسم و خواه سلامت روان) به دو امر ایجابی و یک امر سلبی بر می‌گردد. از آنجا که روح و روان انسان از عالم امر است (اسراء- 85)، (2) هرگز معیوب و ناقص آفریده نشده است.

انسان که از جمله مجموعه عالم هستی است، از نظر خلقت بر اساس عدل و متوازن آفریده شده است (انفطار - 7) (2) چنان که حضرت علی علیه السلام فرمود: عالم هستی بر اساس عدل و هماهنگی آفریده شده است (11). پس باید مراقب بود که آفتی به او نرسد و از بیرون سلامت او آسیب نیند.

در قرآن کریم قلب سلیم دو مرتبه و قلب مریض دوازده مرتبه آمده است. سلامت قلب مفرد است و مرض قلب جمع است، به جز یک مورد که در رابطه با مسئله عفت و مربوط به کشش‌های درون دو غیر همگن می‌باشد، که در نتیجه، آنان را به خلوت می‌کشاند.

هدف گیری اصلی قرآن: بهداشت روانی است، توجه به نکات زیر ادعای ما را اثبات می‌کند:

قرآن می‌فرماید: در روز قیامت جز قلب پاک هیچ چیز کارایی ندارد (2) عبارت «بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» اشاره به سلامت باطنی است، یعنی از بیماری باطنی مصون بودن دل و

ماه افزایش ایمان مومنان بود، برای بیمار دلان جز فزونی رجس ره آوردی نداشت زیرا سلامت در ظرف آلوده به بیماری تبدیل می‌گردد.

5- القانات شیطان: بیماری روان زمینه سازی است برای قرار گرفتن در دام شیطان گر چه القانات شیطان آزمون الهی است، اما بیمار دلان از این القانات استقبال می‌کنند (حج - 53) (2).

6- سو ظن: بی‌ایمانی و اعراض از داوری پیامبر (ص)، تردید و سو ظن نسبت به خداوند، از نشانه‌های امراض روانی است، این بیماری زمینه ساز شک و تردید نسبت به حقانیت اسلام و باعث نسبت دادن جرم خویش به دیگران می‌گردد (نور - 50) (2).

7- تضعیف نمودن روحیه مردم: مایوس کردن مومنین و تضعیف روحیه آنان نشانه بیماری روانی است (احزاب - 12) آنان وعده الهی را فریب و خدعه می‌پنداشتند و اقدام به کارهایی که خلاف اعتدال بود می‌کردند (2).

8- کرشمه گری و هوس بازی: کسانی که با کرشمه و ناز سخن می‌گویند و یا کسانی که دنبال ناموس مردم هستند و به دنبال هوس بازی هستند، بیمار روانی می‌باشند و قرآن با دستور عفاف و طهارت زمینه سو استفاده و گناه را از بیمار دلان می‌ستاند (احزاب - 32). این آیه در رابطه با مسئله عفت و مربوط به کشش درون دو نفری می‌شود، که نتیجه آن فساد نفس و روان است (2).

9- شایعه سازی و دلهره: دلهره ایجاد کردن از نشانه‌های بیمار دلان است. این بیماران روانی به هنجارهای اجتماعی آسیب می‌رسانند (احزاب - 60).

10- ترس از جهاد: از نشانه‌های بیمار دلی، ترس از جهاد است گر چه مومن باشد. این افراد، همچون کسی که در آستانه مرگ قرار گرفته فقط نظاره‌گرند و از شرکت در جهاد سر باز می‌زدند و همانند انسان محتضر به پیامبر (ص) می‌نگریستند (محمد - 20).

11- کتمان حق و کینه ورزی: داشتن کینه نشانه بیماری روانی است. بیمار دلان گمان می‌کنند خدا

بیماری دو گونه است یکی بیماری جسمی است (فتح - 17). و دیگری بیماری‌هایی مانند رذیلت و هرزگی، نادانی، ترس، بخل و حسد، نفاق و دو رویی و غیر از این‌ها از صفات روانی است (توبه - 125) که برخی مربوط به مسائل اعتقادی و بعضی مربوط به مسائل اجتماعی و سیاسی است و برخی مربوط به مسایل اخلاقی است که در این جا به طور مختصر به آن اشاره می‌کنیم:

1- نفاق: نفاق رذایلی برخاسته از بیماری دل است نفاق از نوع بیماری روحی و روانی است که موجب پیدایش بیماری روان و اندیشه در خویشتن است و این نوع بیماری اصلاح پذیر نیست (بقره - 10). از خدای سلام جز سلامت افاضه نمی‌شود، و با دستور ایمان و تقوا از بیماری روانی پیش‌گیری یا آن را درمان می‌کند، بنابراین بیمار دلانی که به سوء اختیار خود از درمان‌های الهی بهره‌ای نمی‌برند، خداوند بر بیماریشان می‌افزاید (2).

2- گرایش به دشمنان: کسانی که بیماری روانی دارند، در مسایل سیاسی و اجتماعی به سوی کافران گرایش پیدا می‌کنند و با سرعت برای پیوستن به کفار، یا طرح دوستی با آنان تلاش می‌کنند و نسبت به حقانیت رسول خدا و برخی از معارف دینی تردید می‌کنند. این نوع بیماری زمینه مخالفت از فرامین خداوند گرایش به سوی دشمن و طرح دوستی با آنان و محرومیت از هدایت الهی را در بر می‌گیرد (مائده - 52) (2).

3- هم صدا شدن با منافقین: کسانی با منافقین هم صدا می‌شوند که بیمار هستند و روحیه نا سالم دارند، تردید در حقانیت دین و باور نداشتن به اقتدار خداوند حکیم نشانه بیماری روانی و عامل هم صدایی با منافقان است (انفال - 49).

4- کفر و ناسپاسی: حق پوشی و ناسپاسی، یک نوع بیماری روان محسوب می‌شود و بیماری روحی مثل بیماری جسمی باید درمان شود، اگر به فکر درمان نباشیم گسترده‌تر می‌شود به همین جهت است که بیمار دلان عصر رسالت به خاطر داشتن روح لجاجت و تکبر با دیدن حقانیت قرآن لجوج‌تر می‌شدند (توبه - 125). نزول آیات قرآنی که

پرستش خدا پاسخ به یک نیاز سرشتی و حفظ و ارتقا بهداشت روانی است (2).

4- قرآن (انعام-82) ایجاد امنیت و آرامش و پیش‌گیری از اضطراب را نتیجه ایمان به خدا می‌داند (2).

مرتضی مطهری می‌نویسد: افراد متدین به هر نسبت که ایمان قوی و محکم داشته باشند از بیماری‌های روانی مصون‌تر هستند. از جمله آثار ایمان دینی آرامش خاطر است (3).

5- پایبندی به تقوای الهی دارای نتایج و آثاری است که برخی از آثار آن در عقیده و بعضی دیگر در رفتار شخصی و اجتماعی مومن ظاهر می‌گردد و از او یک انسان قوی، قدرتمند، دارای سکینه و آرامش و بدون دلهره و اضطراب می‌سازد و بهترین سرمایه انسانی است که اگر در زندگی انسان‌ها تحقق داشته باشد، منشا برکات مادی و معنوی خواهد شد (اعراف-56) (2).

6- انسان سالم مرگ را پایان زندگی نمی‌داند، بلکه آن را یک مرحله طبیعی و اجتناب‌ناپذیر از زندگی محسوب می‌کند و معتقد است که مرگ به دنبال یک زندگی سالم چیز ترسناکی نیست (آل عمران-58 و 57) (2).

7- شخصیت سالمی که مورد نظر قرآن کریم (قصص-83) است دلی سالم و قلبی پاک دارد، زیاده طلب و تملق پذیر نیست مهارت‌هایش را در دست دارد و می‌تواند خشم خود را خاموش کند، از خشونت بپرهیزد، از بدی‌های دیگران بگذرد و حتی در مقابل به آنها نیکی کند و کینه در دل نگیرد (نحل-41) (2).

8- انسانی که دلی سالم دارد از دو رنگی، ریا و نفاق دوری می‌جوید (احزاب-24) ستم‌پذیر نیست و از حق خود دفاع می‌کند (بقره-57) و اگر نتواند حق خود را بگیرد، از جایگاه ظلم بیرون می‌رود (نحل-41) و در دفاع از حق خود اندازه نگه می‌دارد لذا اگر به او بدی شود حداکثر به همان اندازه پاسخ می‌دهد (نحل-126) (2).

9- انسانی که دارای روان سالم است، مصیبت‌ها را قضای الهی می‌داند که از پیش مقدر شده است (حدید-

کینه‌هایشان را آشکار نمی‌کند؟ در صورتی که هر کس حق را کتمان کند، بیمار است و خداوند، نسبت به کسانی که بیماری روانی دارد و آنچه انجام می‌دهید، داناست (محمد-29) (2).

12- بهانه‌گیری نسبت به حقایق: کسانی که بیماری روانی دارند بهانه‌گیرند و می‌گویند خدا از این توصیف چه منظوری دارد بنابراین بهانه‌گیری ناشی از بیماری دل و از موانع شناخت و حق‌پذیری است (2).

بنابراین، از نظر قرآن، کسانی که در عقیده کفر و در عمل نفاق را برمی‌گزینند از سلامت روانی برخوردار نبوده و دچار بیماری روانی هستند. از آنجایی که تعادل شخصیت یعنی تعادل فرد در ایمان به خدا و عمل صالح است، عدم تعادل در هر یک از آن دو موجب «روان رنجوری» فرد بوده و فرد از سلامت روانی برخوردار نخواهد بود.

نشانه‌های سلامت روان:

کلیه مکاتب روان‌درمانی در این که دلیل اصلی بروز عوارض بیماری‌های روانی اضطراب است، توافق دارند، ولی در تعیین عوامل اضطراب اختلاف نظر دارند. این مکاتب هدف اصلی روان‌درمانی را رهایی از اضطراب و ایجاد احساس امنیت در نفس می‌دانند (15) ما در اینجا به برخی از نشانه‌های سلامت روانی از منظر قرآن اشاره می‌کنیم تا افزون بر یافتن نشانه‌های منفی به نشانه‌های سلامت روانی در برابر رنجوری آن اشاره‌ای داشته باشیم.

1- انسان سالم از نظر قرآن، جهان را دارای منشا واحدی می‌داند که می‌توان بر او اعتماد کرد (نصر-81) زیرا سررشته همه کارها در دست اوست.

2- شخصیت سالم مجموعه جهان و وقایع آن را پوچ و باطل و بی‌هدف نمی‌داند (آل عمران-181).

3- روان سالم از نگاه قرآن (روم-30) سرشت انسان را الهی می‌داند لذا به پرستش خداوند نیاز دارد و این نیاز در طول زمان تغییر نمی‌کند، نا دیده گرفتن نیازهای سرشتی نیز به سلامت روانی آسیب می‌زند، از این رو فلسفه

22) او بلايا را عامل امتحان و تکامل می‌داند (بقره - 155 - 124) (2).

آثار سلامت روان:

کسانی که از ایمان و عمل صالح برخوردار نیستند همانند کافران و منافقان، یا از ایمان و عمل صالح درستی بی‌بهره‌اند، مانند مؤمنان ضعیف‌الایمان، از رنجوری روان برخوردارند. این رنجوری خود را در مظاهر بیرونی و رفتاری و واکنش‌های عملی به خوبی نشان می‌دهد. در اینجا به برخی از آثار سلامت روانی از منظر قرآن اشاره می‌کنیم تا بتوانیم انسانی که از سلامت روان برخوردارند بشناسیم.

1- انسانی که دارای روان سالم می‌باشد، رویدادهایی که پدید می‌آید، به آرامش روانی وی آسیب نمی‌زند، زیرا می‌داند که چه بسا وقایع ناخوشایند که خیر هستند و چه بسا امور دوست‌داشتنی که شرنده (بقره - 216).

2- مشکلات و سختی‌ها را قرین و مقدمه آسایش و گشایش می‌داند و همواره امیدوار است (طلاق - 7) و از رحمت خدا مأیوس نمی‌باشد (یونس - 87) پیرو ظن و گمان نیست و از بدگمانی پرهیز می‌کند، زیرا بدگمانی را گناه می‌داند (2).

3- افسردگی و اضطراب ندارد و از احساس امنیت و آرامش برخوردار است و ترس و غم و اندوه را در دل خود ایجاد نمی‌کند (یونس - 62).

4- آسایش دیگران را بر آسایش خود مقدم می‌داند و از این رو است که سخاوت مند و دست و دل باز است (حشر - 9).

5- به دیگران نیکی می‌کند و نیکی دیگران را با نیکی بالاتری پاسخ می‌دهد (نساء - 86). حتی بدی را با خوبی پاسخ می‌دهد (نحل - 126) اگر به کسی نیکی کرد او را با منت نمی‌آزارد و منت‌گذار و فزون طلب نیست (مدثر - 6) (2).

ایجاد تعادل میان نگرش‌ها و رفتارها

بازتاب‌های رفتاری انسان از علائم انگیزه‌های روان سالم یا رنجوری آن است. انگیزه‌ها نیروهای محرکی هستند که در موجود زنده حالتی از نشاط و فعالیت

برمی‌انگیزد و رفتارش را آشکار می‌سازند. در واقع این انگیزه‌ها هستند که انسان را به برآوردن نیازهای اساسی و ضروری زندگی و ادامه آن وامی‌دارند و نیز او را به انجام بسیاری از کارهای مهم دیگر که در هماهنگی کردن انسان با محیط زندگی مفید هستند، برمی‌انگیزند.

این انگیزه‌ها یا جسمی یا روانی هستند. انگیزه‌های جسمانی برای حفظ نفس و بقای فرد است، مانند گرسنگی، تشنگی، خستگی، گرما و سرما، درد و تنفس و انگیزه‌های جنسی. انگیزه‌های روانی، برای حفظ نفس و بقای اجتماع است. مانند عشق و محبت که در نتیجه تاثیر و تاثر مهارت‌ها و عوامل رشد اجتماعی فرد به وجود می‌آیند. البته همه روان‌شناسان به وجود «عناصر فطری» در انگیزه‌های روانی اذعان دارند. در حقیقت انگیزه‌های روانی و نیازهای روحی، نیازهای فطری و اساسی در سرشت انسان هستند که قابل فراگیری و اکتساب از محیط اجتماعی نیست، مانند نیاز به پیوستگی به دیگران، نیاز به بزرگی و ارجمندی، نیاز به هویت، و نیازهای دیگر (16).

قرآن (نور - 32) می‌کوشد تا میان انگیزه‌های متنوع و متعدد تعادل ایجاد کرده و انسان را از اضطراب و درگیری‌های روانی رهایی دهد (2). قرآن (بقره - 72) در رابطه با تعاون و ایجاد زندگی متعادل، دستور به اتفاق می‌دهد که نتیجه آن، برای جلب رضای خدا و آرامش و ثبات روان است. قرآن به روشنی در سوره نور آیه 73 بیان می‌دارد که نه تنها انسان نباید انگیزه‌های فطری و غریزه‌های خود را سرکوب کند بلکه باید در ارضای آن بکوشد ولی هرگز نباید از حدود بگذرد (2). از این رو در همه آیات سخن از تقوا، عدم تجاوز و ظلم رفته است که نشانگر خروج از حالت تعادل است. سرکوب هر یک از این غرایز و انگیزه‌های فطری درگیری روانی و اختلالات روحی در پی دارد. همان‌گونه که افسارگسیختگی باعث خروج از حد اعتدال و در نتیجه بحران روحی و روانی است.

نتیجه‌گیری

از آنچه در خصوص ارتباط قرآن و طب می‌توان نتیجه گرفت این است که موضوع قرآن و طب، انسان است

منابع

1. Imam Ali. Nahj-al-Balagheh.
2. Holy Quran.
3. Motahari M. Majmooe asar. Iran, Tehran: Sadra Pub; 1999.
4. Ragheb Isfahani H.M. Mofradat al-alfaz al-Quran. Qom, Daftare Nashre Ketab Pub. 1997.
5. Razi A. Tafsire roz al-janan va rooh al-janan. Qom: Islamieh; 2008.
6. Zamakhshari M.O. Al-kashaf an haqaegh al-tanzil. Egypt: 1996.
7. Javadi Amoli, A. Tafsire mozooeie Quran. Iran, Qom: Esra Pub; 1995.
8. Makarem Shirazi N. Tafsir Nemooneh. Iran, Tehran: Dar al-Kotob Al-Eslamie Pub; 1987.
9. Tarihi F. Majma Bahrain. Be tahghighe seyed ahmad hoseini.
10. Moein M. Farhange Farsi. Iran, Tehran: Amirkabir Pub; 2007
11. Rey Shahri M. Mizan al-Hekmah. Iran, Qom: Dar al-Hadis Pub; 1998.
12. Abu Jafar Muhammad ibn Yaqub ibn Ishaq Al -Kulayni Ar-Razi. Al -Kafi. Iran, Tehran: World Organization for Islamic Services; 1987.
13. Majlesi M.B. Behar al-Anvar. Beirut: Vafa; 1982.
14. Sadr al-din Shirazi M. Tafsire Quran. Qom: Bidar Pub; 1990
15. Nejati M.O. Quran va raven shenasi: Translated by Arab A. Mashad, Iran. Bonyade pajooesh haye islami; 1998
16. Hosseini S.A. Fundamentals of mental health. Iran, Mashad: Mashad University Pub; 1995.

و هدف و غایت هر دو سلامت و سعادت روان و جسم است. و جالب اینکه هر دو برای رسیدن به این رستگاری دستورالعمل صادر و تجویزاتی را توصیه کرده‌اند. در قرآن آمده که سلامت روان به معنای تعادل و انسجام فراگیر در همه ابعاد جسمانی و نفسانی انسان است و در مقابل، بیماری روانی خارج شدن از حد اعتدال است. در واقع، قرآن ایجاد امنیت، آرامش و پیش‌گیری از اضطراب را نتیجه ایمان به خدا و پابندی به تقوای الهی را دارای نتایج و آثاری می‌داند که برخی از آثار آن در عقیده و بعضی دیگر در رفتار شخصی و اجتماعی مومن ظاهر می‌گردد. از دیگر سو، سرکوب هر یک از غرایز و انگیزه‌های فطری درگیری روانی و اختلالات روحی در پی دارد. همان گونه که افسارگسیختگی و افراط در راه ارضای این انگیزه‌ها باعث خروج از حد اعتدال و در نتیجه بحران روحی و روانی در انسان می‌گردد. از این رو، از آنجا که بازتاب‌های رفتاری انسان از علایم انگیزه‌های روان سالم یا رنجوری آن است، قرآن می‌کوشد تا میان انگیزه‌های متنوع و متعدد تعادل ایجاد کرده و انسان را از اضطراب و درگیری‌های روانی رهایی دهد. قرآن همه انگیزه‌ها را می‌پذیرد و آنها را مورد توجه قرار می‌دهد. سپس با بیان آموزه‌ها و دستورهای می‌کوشد تا انسان با به کارگیری آنها توازن و تعادل شخصیتی را در خود ایجاد نماید.