

دو فصلنامه علمی پژوهشی کتاب قیّم
سال ششم (۱۳۹۵)، شماره پانزدهم

تحلیلی پیرامون شفا بخشی قرآن با رویکرد به آراء و روایات تفسیری

محمدحسن رستمی^۱

سمانه ابریشمی^۲

چکیده

در آیه ۵۷ سوره یونس، قرآن مجید به «شفاء» توصیف شده است: ﴿شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ﴾. بیشتر عالمان مسلمان، شفای مذکور را روحانی و معنوی تفسیر کرده‌اند، اما در این پژوهش با استفاده از قرینه‌های مختلف، درصدد اثبات این نکته هستیم که مفاد آیه عام است و هر نوع شفایی را دربرمی‌گیرد. عمده این قرائن مبتنی بر کشفیات علوم تجربی است که عامل اصلی خطر در بیماری‌های قلبی عروقی را زمینه‌های ذهنی فرد نسبت به عامل فشار و در نتیجه، نوع ارزیابی و برخورد با آن معرفی می‌کند؛ همچنان که خداوند نیز با وصف ﴿مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ﴾ پیش از اشاره به خاصیت شفا بخشی، پیشگیری از امراض قلبی را با عمل به موعظه‌های قرآن ممکن می‌داند که با سه عامل میسر می‌گردد: تفکر و تعقل، شناخت صحیح و ایمان به خدا. این مقاله ضمن اثبات فرضیه فوق، نشان می‌دهد که تأکید آیه مذکور بر این است که شفای امراض جسمی در گرو شفای امراض روحی است.

واژگان کلیدی: قرآن کریم، شفاء، مرض، جسم، روح، قلب.

۱. استادیار دانشکده الهیات دانشگاه فردوسی مشهد / Rostami@um.ac.ir

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث دانشگاه فردوسی مشهد (نویسنده مسئول) / ss79mm@yahoo.com

۱- مقدمه

قرآن کریم، کتابی برای هدایت مردم است^۱ و آدمی موجودی متشکل از روح و جسم. این روح و جسم، نه تنها بیگانه و مجرد از یکدیگر نیستند، بلکه در ارتباط متقابل و تنگاتنگ‌اند؛ به طوری که روح، کمال خویش را مدیون جسم بوده - که در طاعات و عبادات و طی صراط مستقیم، مدد از او جوید - و جسم نیز به تأثیر از حالات و ادراکات روحانی در حرکت و جنب و جوش است، که همه تلاش‌ها در جهت برآوردن آمال و آرزوها، نتیجه درک روح از آن‌ها و شوق بدان‌ها است، و گرنه می‌بایست حیوان را نیز دلی و در آن دل امید و آرزویی می‌بود؛ لذا دور از حکمت حکیم علی‌الاطلاق است که کتابی را برای هدایت مردم به سوی سعادت بفرستد، اما در آن تنها به سلامت روح پرداخته و جسم - این مهم‌ترین ابزار تکامل - را وانهد؛ چنانکه امروزه نیز این مهم به اثبات رسیده و بشر بسیاری از کشفیات خود در زمینه طب را که با گذشت ۱۴ قرن از ظهور اسلام و در نتیجه تلاش طاقت‌فرسای اطبای حاذق به دست آمده، در این کتاب آسمانی به نظاره نشسته است.

از جمله مسائلی که امروزه در پزشکی و روان‌شناسی، مورد توجه بسیاری قرار دارد، ارتباط قلب و بیماری‌های آن با سبک‌های رفتاری است؛ مقالات زیادی توسط متخصصان داخلی و خارجی^۲ در این زمینه نگاشته شده است. از سوی دیگر با توجه به اهمیت اخلاق در ادیان آسمانی به‌ویژه اسلام، علما از دیرباز تلاشی مستمر برای فهم مراد قرآن از خُلق عظیم و نحوه

۱. ﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ﴾ (بقره: ۲/۱۸۵): «ماه رمضان [همان ماه] است که در آن، قرآن فرو فرستاده شده است، [کتابی] که مردم را راهبر است».

۲. از جمله: اکبری، مهدی، «بررسی تأثیر هیجان‌های منفی، بازداری اجتماعی و نقش عامل جنسیت در بروز بیماری کرونری قلب»، مطالعات روانشناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۴، شماره ۱، ۱۳۸۷ ش؛ جعفری، هدایت، «بررسی برخی عوامل خطر و عوامل تسریع‌کننده حمله قلبی و علل تأخیر در مراجعه بیماران مبتلا به انفارکتوس حاد میوکارد در مرکز قلب مازندران در سال ۱۳۸۸»، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دوره نوزدهم، شماره ۷۳، ۱۳۸۸ ش؛ نیکلیسک (Nyklicek I, Denollet J; "*Lack of Psychological Mindedness in Men with Coronary Heart Disease*", Journal of Psychosomatic Research, Vol. 56, Issue 6, p. 657, 2004 (Roest A.M, Martens E.J, Jonge P,)؛ رُوست (Denollet J; "*Anxiety and Risk of Incident Coronary Heart Disease: A Meta-Analysis*", Journal of the American College of Cardiology, Vol. 56, Issue 1, p. 38-46, 2010) و

متخلقی شدن به آن را داشته‌اند که عمده بازتاب آن در تفاسیر دیده می‌شود. ولی در این بین سخنی از توجه خداوند متعال به تأثیر این اخلاقیات بر سلامت قلب و عروق، نشده است. در این مقاله به دنبال فهم و آشکار کردن مراد الهی از ﴿شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ﴾ در آیه ۵۷ از سوره یونس هستیم.

﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْمٌ مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (یونس: ۵۷/۱۰)؛ «ای مردم، به یقین، برای شما از جانب پروردگارتان اندرزی و درمانی برای آنچه در سینه‌هاست و رهنمود و رحمتی برای گروندگان [به خدا] آمده است». البته، آیه شریفه بیان جامعی است برای همه آثار طیب و نیکوی قرآن که در نفوس مؤمنین ترسیم می‌شود؛ و آن اثر را از همان اولین لحظه‌ای که به گوش مؤمنان می‌رسد تا آخرین مرحله‌ای که در جان آنان استقرار دارد، در قلوبشان حک می‌کند (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۸۱). خدای سبحان در این آیه چهار صفت را برای قرآن برشمرده: ۱- موعظه، ۲- شفای آنچه در سینه‌هاست، ۳- هدایت، ۴- رحمت (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۱۱، ص ۳۱۵/ فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۱۷، ص ۲۶۸). لکن آنچه در اینجا مدنظر است، وصف دوم، یعنی ﴿شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ﴾ است.

۲- قلب در قرآن

«صدر» جمع «صدر» و به معنای «سینه» (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۴۷۷) یا جایگاه قلب (ابن منظور، ۱۴۱۴، ج ۴، ص ۴۴۶/ مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۶، ص ۲۰۷) است و لذا مراد از ﴿مَا فِي الصُّدُورِ﴾، «قلب» است؛ آن‌چنان‌که خدای تعالی در جای دیگر می‌فرماید: ﴿وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ (حج: ۴۶/۲۲)؛ «لیکن دل‌هایی که در سینه‌هاست کور است». واژه‌شناسان متفق‌اند بر اینکه مراد از «قلب»، تغییر حالت است (از جمله: فراهیدی، ۱۴۱۰، ج ۵، ص ۱۷۱/ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۶۸۱)، لذا وجه تسمیه عضو صنوبری شکل سمت چپ بدن به قلب، تغییر حالت دائمی آن است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۶۸۱/ ابن منظور، ۱۴۱۴، ج ۱، ص ۶۸۷). قرآن نیز چیزی بیشتر از قلب ظاهری را به‌عنوان «قلب» معرفی نموده است: - ﴿لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا﴾ (اعراف: ۷/ ۱۷۹، ۱۹۷)؛ «دل‌هایی دارند که با آن [حقایق را] دریافت نمی‌کنند».

- ﴿أَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُون لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا﴾ (حج: ۴۶/۲۲)؛ «آیا در زمین گردش نکرده‌اند تا دل‌هایی داشته باشند که با آن بیندیشند؟».

- ﴿فَإِنَّهَا لَا تَعْمَى الْأَبْصَارُ وَ لَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ (حج: ۴۶/۲۲)؛ «در حقیقت، چشم‌ها کور نیست لیکن دل‌هایی که در سینه‌هاست کور است».

- ﴿فَإِنَّهُ نَزَّلَهُ عَلَى قَلْبِكَ بِإِذْنِ اللَّهِ﴾ (بقره: ۹۷/۲)؛ «چرا که او [جبرئیل] به فرمان خدا، قرآن را بر قلبت نازل کرده است».

- ﴿أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ﴾ (حدید: ۱۶/۵۷)؛ «آیا برای کسانی که ایمان آورده‌اند هنگام آن نرسیده که دل‌هایشان به یاد خدا و آن حقیقتی که نازل شده نرم [و فروتن] گردد؟»

- ﴿أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْإِيمَانَ﴾ (مجادله: ۲۲/۵۸)؛ «در دل این‌هاست که [خدا] ایمان را نوشته».

آری، قلبی که قرآن از آن یاد می‌کند، همان روح (فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۱۷، ص ۲۶۸/ طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۸۰) است و در قرآن مجید معادل با «صدر» و «نفس» نیز به کار رفته است (قرشی، ۱۳۷۷، ج ۷، ص ۶۱):

- ﴿وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا فِي قُلُوبِكُمْ﴾ (احزاب: ۵۱/۳۳)؛ «و آنچه در دل‌های شماست خدا می‌داند».

- ﴿رَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَا فِي نُفُوسِكُمْ﴾ (اسراء: ۲۵/۱۷)؛ «پروردگار شما به آنچه در دل‌های خود دارید آگاه‌تر است».

- ﴿وَ رَبُّكَ يَعْلَمُ مَا تُكِنُّ صُدُورُهُمْ وَ مَا يُعْلِنُونَ﴾ (قصص: ۲۸/۲۸)؛ «و آنچه را سینه‌هایشان پوشیده یا آشکار می‌دارد، پروردگارت می‌داند».

بر این اساس اکثر مفسران نیز همین معنا را برگزیده و ذیل آیه شریفه به سخن از امراض روحانی پرداخته‌اند. این مفهوم اگرچه صحیح و مراد از آیه شریفه است، لکن نمی‌توان معنا را در آن خلاصه نمود؛ چراکه علی‌رغم همه آنچه گفته شد، آیه با در نظر گرفتن معنای ظاهری قلب، یعنی همان عضو تلمبه‌ای که در سمت چپ بدن واقع شده نیز منافاتی ندارد و دلالت‌های درون‌متنی چون سیاق و فرهنگ زمان نزول و دیگر قرائن که در محاورات عرفی، قرینه پیوسته به شمار می‌آیند هم آن را رد نمی‌کنند. در روایات رسیده در تفسیر این آیه نیز به هر دو معنا اشاره شده است:

«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ، عَنْ أَبِيهِ (ع) قَالَ: شَكَأَ رَجُلٌ إِلَى النَّبِيِّ (ص) وَجَعًا فِي صَدْرِهِ، فَقَالَ (ص): اسْتَشْفِ بِالْقُرْآنِ فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ يَقُولُ: وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ» (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۶۰۰/ حویزی، ۱۴۱۵، ج ۲، ص ۳۰۷).

«مردی از بیماری دردناکی که در ناحیه سینه داشت به پیامبر (ص) شکایت نمود؛ فرمودند: از قرآن شفا بخواه که خداوند عزوجل می‌فرماید: [قرآن] شفاست برای آنچه در سینه‌هاست.»
 «عَنْ عَلِيِّ بْنِ عِيسَى، رَفَعَهُ قَالَ: إِنَّ مُوسَى (ع) نَاجَاهُ اللَّهُ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى، فَقَالَ لَهُ فِي مُنَاجَاتِهِ: يَا مُوسَى لَا يَطُولُ فِي الدُّنْيَا أَمْلَكَ، وَ ذَكَرَ حَدِيثًا قُدْسِيًّا طَوِيلًا يَقُولُ فِيهِ عَزَّ مِنْ قَائِلٍ وَ قَدْ ذَكَرَ مُحَمَّدًا (ص): وَ لَأَنْزَلَنَّ عَلَيْهِ قُرْآنًا فُرْقَانًا شِفَاءً لِمَا فِي الصُّدُورِ مِنْ نَفْثِ الشَّيْطَانِ» (کلینی، ۱۳۶۳، ج ۸، صص ۴۲-۴۴ / حویزی، ۱۴۱۵، ج ۲، ص ۳۰۷).

«خدای تبارک و تعالی با حضرت موسی (ع) نجوا می‌کرد، پس وی را فرمود: ای موسی در دنیا آرزویت را طولانی نکن؛ و از پیامبر اسلام یاد کرد و فرمود: بر او قرآنی نازل خواهم کرد که شفابخش آنچه در سینه‌هاست از وسوسه شیطان.»

همچنین برخی مفسران نیز هر دو معنا را محتمل دانسته‌اند. از جمله در تفسیر نمونه، ذیل آیه مورد بحث آمده است:

ظاهر آیه، مانند بعضی دیگر از آیات قرآن بیانگر آن است که کانون بیماری‌های اخلاقی، «قلب» است. این سخن می‌تواند در ابتدا ایجاد اشکال نماید، زیرا تمام اوصاف اخلاقی و مسائل فکری و عاطفی به روح انسان بازگشت می‌کند، قلب تنها یک تلمبه خودکار برای نقل و انتقال خون و تغذیه سلول‌های بدن است! اما نکته دقیقی در اینجا وجود دارد که توجه به آن، رمز این تعبیر قرآن را روشن می‌کند.

این‌گونه تعبیرات مخصوص قرآن نیست. در ادبیات زبان‌های گوناگون نیز، از زمان‌های گذشته تا به امروز، جلوه‌های مختلف این مسأله دیده می‌شود؛ مثلاً به کسی که علاقه داریم می‌گوییم در قلب ما جا داری و یا قلب ما متوجه توست، و همیشه سمبل عشق را ترسیم می‌کنیم از قلب انسان قرار می‌دهند. این همه به خاطر آن است که انسان همواره درمی‌یافته که به هنگام عشق و علاقه و یا کینه و حسد و مانند این‌ها تأثیر و تأثر خاصی در قلب خود احساس می‌کند، گاه ضربان شدید پیدا می‌کند و گاه ضربانش به قدری کند می‌شود گویا می‌خواهد از کار بایستد، یعنی نخستین جرقه این مسائل روانی به هنگام انتقال به جسم، در قلب آشکار می‌شود و این‌ها همه به خاطر پیوند نزدیکی است که قلب با این سلسله مسائل روانی دارد.

از همین رو قرآن مجید ایمان را به قلب نسبت می‌دهد ﴿وَلَمَّا يَدْخُلُ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ﴾ (حجرات: ۱۴ / ۴۹)؛ «و هنوز در دل‌های شما ایمان داخل نشده است»؛ و یا جهل و لجاجت و

عدم تسلیم در مقابل حق را به عنوان نابینایی قلب تعبیر می‌کند ﴿وَلَكِنْ تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ﴾ (حج: ۲۲/۴۶)؛ «لیکن دل‌هایی که در سینه‌هاست کور است».

علاوه بر همه این‌ها، سابقاً اشاره کرده‌ایم که یکی از معانی قلب در لغت، عقل و روح آدمی است و معنی آن منحصر به این عضو مخصوص که در درون سینه است، نیست و این خود تفسیر دیگری برای آیات قلب می‌تواند باشد، اما نه برای همه آن‌ها؛ زیرا در بعضی تصریح شده قلب‌هایی که در سینه‌هاست (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، صص ۳۲۰-۳۲۲).

جلال‌الدین سیوطی - از مفسران اهل سنت - نیز در تفسیر خود - الدر المنثور - با ذکر دو روایت - مشابه آنچه گذشت - به جنبه ظاهری آیه اشاره نموده است (سیوطی، ۱۴۰۴، ج ۳، ص ۳۰۸)؛ آلوسی نیز در روح المعانی، طرح چنین روایاتی توسط سیوطی را دال بر عقیده وی به شفابخشی قرآن در مورد امراض ظاهری هم دانسته است (آلوسی، ۱۴۱۵، ج ۶، ص ۱۳۲)، اگرچه در ادامه، دلالت آیه بر این مطلب را رد نموده و می‌گوید: «... ما انکار نمی‌کنیم که قرائت قرآن برکت است و خدای تعالی به سبب آن امراض و بیماری‌ها را می‌برد، ولی دلالت آیه بر آن را منکریم...» (همان‌جا). در ادامه، دلالت آیه بر معنای ظاهری را اثبات نموده و با گزینش این معنا، ارزش و اهمیت جسم آدمی از منظر اسلام را به تصویر می‌کشیم.

۳- شفاء در قرآن

در مورد «شفاء»، مفسران به اتفاق ذیل آیه شریفه معنای «بهبودی و علاج بیماری» را برگزیده‌اند؛ این در حالی است که در معنای لغوی آن آمده: هر آنچه بیماری را دور کند (فراهیدی، ۱۴۱۰، ج ۶، ص ۲۹۰/ راغب اصفهانی، ۱۴۱۲، ص ۴۵۹) و حتی در تاج العروس تأکید شده که: «اصلش دوری از بیماری بوده و سپس در موضع علاج و مداوا به کار رفته است» (مرتضی زبیدی، ۱۴۱۴، ج ۱۹، ص ۵۷۷). علاوه بر این همه، قرآن غسل را شفابخش می‌داند^۱ و علم امروزه اثبات کرده که غسل نه تنها در درمان امراض کاربرد دارد بلکه سبب پیشگیری نیز هست، چنانکه برخی مفسران نیز ذیل آیه اشاره‌ای به این مطلب دارند (برای نمونه نک. مکارم، ۱۳۷۴، ج ۱۱، ص ۳۰۲). بنابراین نمی‌توان در این آیه نیز از معنای «پیشگیری» که در کلمه «شفاء» نهفته، صرف‌نظر نمود، چه از جنبه روحانی و چه از جنبه جسمانی.

۱. ﴿فِيهِ شِفَاءٌ لِلنَّاسِ﴾ (نحل: ۶۹/۱۶): «در آن، برای مردم درمانی است».

در این مقاله نیز آنچه مدنظر است، جنبه پیشگیری قرآن از امراض قلبی است؛ چراکه اگرچه قرآن به تأثیر ایمان بر قوای جسمانی تصریح دارد^۱ و قدرت جسمی نیز توان مقابله با بیماری را در بدن فراهم می‌کند، یعنی به عبارتی ایمان سبب مداوا و بهبودی بیماری می‌گردد، لکن هنوز علم آن را به طور قطعی تأیید نکرده است.^۲

۴- عامل اصلی بیماری‌های قلب از منظر علوم تجربی

پیش از آغاز بحث، لازم به توضیح است که به دلیل وسعت مسائل مربوط به قلب و بیماری‌های قلبی عروقی که از حوصله این مختصر خارج است، از ذکر یکایک آن‌ها و همچنین شروح و تفصیل صرف‌نظر نموده و تنها به اختصار، بیماری کرونر قلب را - به‌عنوان اصلی‌ترین بیماری قلبی - مورد توجه قرار می‌دهیم.

بیماری عروق کرونر^۳ [کرونری قلب (CHD: Coronary Heart Disease)]، به‌خصوص حمله قلبی، از علل شایع مرگ‌ومیر در بیشتر کشورهای پیشرفته به شمار می‌رود. این بیماری علاوه بر مرگ‌ومیر، سبب ناتوانی قابل توجه و کاهش بهره‌وری در افراد جامعه می‌گردد (جعفری، ۱۳۸۸، ص ۶۹). بنا بر مطالعات انجام‌شده، عوامل خطر متعددی در فرآیند این بیماری نقش دارند که به دو دسته غیرقابل تعدیل (یا جبری) مانند سن، عوامل محیطی، موروثی و ... و قابل تعدیل (یا ارادی) مانند چاقی زیاد، استعمال سیگار، بیماری دیابت، بالا بودن چربی خون، بالا بودن فشار خون و ... تقسیم می‌شوند (جعفری، ۱۳۸۸، ص ۷۰). لکن شواهد حاکی از آن است که این موارد (عوامل جسمی بروز بیماری) حداکثر تا ۵۰٪ بروز CHD را می‌توانند پیش‌بینی کنند و

۱. می‌فرماید: ﴿يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ حَرِّضَ الْمُؤْمِنِينَ عَلَى الْقِتَالِ إِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ عَشْرُونَ صَابِرُونَ يَغْلِبُوا مِائَتِينَ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ يَغْلِبُوا أَلْفًا مِنَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِأَنَّهُمْ قَوْمٌ لَا يَفْقَهُونَ أَلَّا أَنْ خَفَّفَ اللَّهُ عَنْكُمْ وَعَلِمَ أَنَّ فِيكُمْ ضَعْفًا فَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ مِائَةٌ صَابِرَةٌ يَغْلِبُوا مِائَتَيْنِ وَإِنْ يَكُنْ مِنْكُمْ أَلْفٌ يَغْلِبُوا أَلْفِينَ يَأْذَنُ اللَّهُ وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ (انفال: ۸/ ۶۵-۶۶): «ای پیامبر، مؤمنان را به جهاد برانگیز. اگر از [میان] شما بیست تن، شکیبیا باشند بر دویست تن چیره می‌شوند و اگر از شما یکصد تن باشند بر هزار تن از کافران پیروز می‌گردند، چراکه آنان قومی‌اند که نمی‌فهمند. اکنون خدا بر شما تخفیف داده و معلوم داشت که در شما ضعفی هست؛ پس اگر از [میان] شما یکصد تن شکیبیا باشند بر دویست تن پیروز گردند، و اگر از شما هزار تن باشند، به توفیق الهی بر دو هزار تن غلبه کنند، و خدا با شکیبایان است» که منظور از «ضعف»، ضعف در صفات روحی است که بالاخره به ضعف در ایمان منتهی می‌شود (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۹، ص ۱۲۳).

۲. گرچه در این باب مقالاتی یافت شد، ولی به نظر نمی‌رسد بتوان نتیجه قاطعی از آن گرفت.

۳. رگ‌های خون‌رسان و تغذیه‌کننده قلب.

عوامل جسمانی فوق به‌تنهایی قادر به تبیین بروز و نیز تداوم CHD نیستند (اکبری، ۱۳۸۷، ص ۷۲/ مارموت (Marmot) و دیگران، ۱۹۹۷، صص ۲۳۵-۲۳۹).

عواملی هم به‌عنوان تسریع‌کننده در حمله قلبی مطرح است که شامل شرایط و حالات روحی روانی و رفتار فرد مستعد به انفارکتوس میوکارد می‌شود و زمینه را برای افراد مستعد یا بیماران با سابقه قلبی عروقی فراهم می‌سازد؛ از جمله تنش روحی، هیجان، مشغله فکری و ... (جعفری، ۱۳۸۸، صص ۷۰-۷۲). این عوامل استرس‌زای روانی - اجتماعی مهم‌ترین دلیل بروز روزافزون بیماری‌های عروق کرونر به شمار می‌آیند (اکبری، ۱۳۸۸، ص ۳۶۹). نوع و میزان تأثیر این عوامل خطرآفرین قلبی در جوامع و نژادهای مختلف، متفاوت است. در حقیقت بروز انفارکتوس حاد قلبی ارتباط نزدیکی با میزان آگاهی، آداب‌ورسوم، فرهنگ، شرایط اقتصادی و اجتماعی، شیوه زندگی و حالات روحی و رفتاری مردم جوامع مختلف دارد (جعفری، ۱۳۸۸، ص ۷۰).

تاکنون پژوهش‌های زیادی ارتباط مثبت استرس و CHD را تأیید کرده‌اند (اکبری، ۱۳۸۸، ص ۳۶۹)؛ پترسون (Patterson)، اندرسون (Anderson) و پراتلی (Pratley) (۱۹۹۵) نشان دادند که استرس باعث تغییرات قلبی عروقی می‌شود که با بیماری کرونری قلب ارتباط دارد؛ برای نمونه، خون افراد دچار استرس، پلاکت‌های فعال‌شده فراوان داشته و LDL (Low Density Lipoprotein) آن، بالاست. این تغییرات در ترکیبات خون، به بسته شدن عروق و بروز CHD کمک می‌کنند. افزون بر این، استرس با تأثیر بر فعالیت هورمون‌ها به‌ویژه ترشح کاتکولامین‌های غدد فوق کلیوی موجب بی‌نظمی ضربان قلب، افزایش فشار خون، رسوب کلسیم نابهنجار و کلسترول زیان‌بار در دیواره عروق کرونر می‌شود. بنابراین استرس، هم به‌عنوان یک عامل خطر مستقل و هم با تأثیر بر سایر عوامل (افزایش فشار خون، LDL بالا، رسوب کلسیم) احتمال بروز CHD و انفارکتوس قلبی را افزایش می‌دهد (اکبری، ۱۳۸۸، ص ۳۶۹).

در اینجا لازم به ذکر است تقریباً هر چیزی به‌صورت بالقوه یک عامل فشار (استرس) است و تنها کافی است که فرآیندهای شناختی ذهن، چیزی را به‌عنوان امری خطرناک شناسایی کنند (شفر (Shaffer)، ۱۳۶۷، ص ۵۳)؛ در این صورت، واکنش اخطار که از نظر فیزیولوژی پاسخ پیچیده‌ای است که از عامل فشار نشأت می‌گیرد، آغاز شده و آشکارترین نمود آن در ریختن آدرنالین در جریان خون است که به افزایش ضربان ناگهانی منجر می‌گردد (شفر، ۱۳۶۷، ص ۲۰). از طرفی شادی و خوشحالی غیرمنتظره همانند غم و اندوه ناگهانی، با تأثیر برابر می‌توانند موجب واکنش اخطار شوند (شفر، ۱۳۶۷، ص ۲۳). بنابراین در طول روز، واکنش فشار متوالیاً به‌وسیله تعداد بی‌شماری عوامل فشار، چه مثبت و چه منفی، تکرار خواهد شد (شفر، ۱۳۶۷،

ص ۲۳) و هیجان‌ها، راه‌حلهایی برای این چالش‌ها و استرس‌ها و مشکلات هستند (ریو (Reeve)، ۲۰۰۵، ص ۳۱۴).

فردی که در لحظه معینی از زندگی خود، در موقعیت معینی قرار می‌گیرد، تنها بر اساس دریافت‌های حواس خود از تحریکات محیط واکنش نشان نمی‌دهد؛ او اطلاعات دریافتی را بر اساس تجربه‌های قبلی و انتظاری که از موقعیت دارد، تفسیر می‌کند (دانتزر (Dantzer)، ۱۳۸۴، صص ۱۳۷-۱۳۸). لذا پاسخ سؤال «چه چیزی باعث هیجان می‌شود؟» این است که شناخت و عوامل زیستی هر دو موجب هیجان می‌شوند (ریو، ۲۰۰۵، ص ۲۹۹). طبق دیدگاه باک (Buck) (۱۹۸۴) انسان‌ها دو سیستم همزمان دارند که هیجان را فعال و تنظیم می‌کنند. یک سیستم، سیستم فطری، خودانگیخته و فیزیولوژیکی است که به صورت غیرارادی به محرک‌های هیجانی واکنش نشان می‌دهد. سیستم دیگر، سیستم شناختی مبتنی بر تجربه است که به صورت تعبیری و اجتماعی واکنش نشان می‌دهد. سیستم فیزیولوژیکی هیجان، در دوره تکامل جسمی انسان ابتدا به وجود آمده (یعنی سیستم لیمبیک)، درحالی که سیستم شناختی هیجان، بعد از این که انسان به طور فزاینده‌ای متفکر و اجتماعی شود به وجود می‌آید (یعنی قشر تازه مخ). سیستم زیستی ابتدایی و سیستم شناختی جدید با هم ترکیب می‌شوند و مکانیسم هیجان دو سیستمی بسیار انطباقی را به وجود می‌آورند (ریو، ۲۰۰۵، ص ۲۹۹)؛ اما عامل اصلی، شناخت، و به عبارت دقیق‌تر فرهنگ و شخصیت فرد است، چراکه هیجان‌ها از ارزیابی‌ها پیروی می‌کنند. ارزیابی خود را تغییر دهید، هیجان شما تغییر خواهد کرد (ریو، ۲۰۰۵، ص ۳۳۸).

این ارزیابی بر اساس شناخت‌هایی است که فرد در موقعیت اجتماعی- فرهنگی‌ای که در آن زندگی می‌کند، به دست آورده است. پژوهشگران جدید عموماً قبول دارند که انگیزتگی فیزیولوژیکی، هیجان را همراهی کرده، تنظیم می‌کند و زمینه را برای آن آماده می‌سازد ولی مستقیماً موجب آن نمی‌شود. دیدگاه مدرن این است که هیجان‌ها از حمایت زیستی و فیزیولوژیکی استفاده می‌کنند تا رفتارهایی چون مبارزه کردن و گریختن را قوی کنند (ریو، ۲۰۰۵، ص ۳۲۵).

عوامل دیگری نیز در چگونگی ارتباط میان استرس و سلامتی عروق کرونر مؤثرند، از جمله افکار و احساسات درونی (نیکلیسک (Nyklicek) و دیگران، ۲۰۰۴، ص ۶۵۷). یکی از مهم‌ترین این عوامل، سبک‌های مقابله‌ای و نوع واکنشی است که افراد در برابر مسائل استرس‌زا از خود بروز می‌دهند. سبک‌های مقابله‌ای، تلاش‌های فعالانه یا منفعلانه برای واکنش در برابر شرایط و موقعیت‌های استرس‌زا برای دور کردن یا کاهش استرس است و شامل سبک‌های مسأله‌مدار و

هیجان‌مدار است. سبک‌های مسأله‌مدار مانند مسأله‌گشایی (مجموعه افکار و کوشش‌های نیمه‌متمرکز با عوامل تنش‌زا، همراه با به‌کارگیری رویکرد تحلیل‌گرایانه برای مشکل‌گشایی)، ارزیابی مثبت دوباره (تلاش‌هایی در راستای ایجاد مفاهیم مثبت در رویارویی با مسائل و مشکلات) و بررسی مسائل تنش‌زا به دور از هیجان به‌عنوان سبک‌های مقابله‌ای فعالانه شمرده می‌شوند. سبک‌های هیجان‌مدار که شامل رویارویی مستقیم (مجموعه رفتارهای پرخاشگرانه و مستقیم با مسائل استرس‌زا برای تغییر فوری منبع استرس)، خویش‌داری یا سرکوبگری (خودداری از بروز واکنش‌های هیجانی در برابر استرس) و سبک انکار (نادیده گرفتن موقعیت‌های تنش‌زا) هستند، به‌عنوان سبک‌های مقابله‌ای منفعلانه به‌شمار می‌روند. اگرچه سبک‌های مقابله‌ای، چه به‌صورت فعال یا غیرفعال، شامل مجموعه تلاش‌هایی است که افراد برای پرهیز از عوامل تهدیدکننده سلامت در پیش می‌گیرند، اما همیشه به‌کارگیری هر سبک و مقابله‌ای با کاهش استرس همراه نیست، بلکه کارآمدی سبک‌های مقابله‌ای در موقعیت‌های گوناگون، متفاوت است و گاهی نه‌تنها استرس را کاهش نمی‌دهد، بلکه موجب افزایش آن نیز می‌شود.

در دهه‌های اخیر، برای بررسی نقش سبک‌های مقابله‌ای در بروز CHD و همچنین شناسایی سبک‌های ناکارآمد که به افزایش شدت بیماری کمک می‌کنند، پژوهش‌های بسیاری انجام شده است. دنولت (Denollet) (۲۰۰۳) در پژوهشی پیگیرانه بر روی بیماران عروق کرونر، برای شناسایی سبک‌های ناکارآمد مقابله‌ای، وضعیت این بیماران را بر پایه سبک‌های مقابله‌ای به کار برده شده، مورد بررسی قرار داد و نشان داد بیمارانی که در رویارویی با استرس از سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار بهره می‌گیرند، در مقایسه با بیمارانی که سبک‌های مقابله‌ای مسأله‌مدار را به کار می‌برند، پنج برابر بیشتر به انفارکتوس قلبی دچار می‌شوند. همچنین به‌کارگیری سبک‌های هیجان‌مدار با افزایش فشار خون، رسوب کلسترول زیان‌آور (LDL) و رسوب کلسیم نابهنجار در دیواره عروق کرونر همراه است. برای بررسی ارتباط میان سبک‌های مقابله‌ای و بروز CHD، گرین (Gerin)، اسکیر (Scheier) و پوزو (Poza) (۲۰۰۱) در پژوهشی طولی بر روی افراد سالم نشان دادند که بین سبک هیجان‌مدار و بروز بیماری عروق کرونر ارتباط معنی‌دار و مثبت وجود دارد، درحالی‌که سبک‌های مسأله‌مدار احتمال بروز CHD را کاهش می‌دهد (اکبری، ۱۳۸۸، صص ۳۶۹-۳۷۰).

همچنین رُوست (Roest) و همکاران در یک فراتحلیل جامع، نتایج مطالعات انجام شده بین سال‌های ۱۹۸۷ تا ۲۰۰۹، بر روی رابطه بین انواع ظهور اضطراب - مانند برخورد‌های

پرخاشگرانه، ترس بی‌مورد، نگرانی و ... - با بروز و تشدید CHD و عوارض آن را بررسی کرده و ضمن اثبات اینکه اضطراب، عاملی مستقل در وقوع CHD است، خاطر نشان می‌کنند که میزان قدرت پیش‌بینی CHD در رفتارهای گوناگون ناشی از سبک هیجان‌مدار یکسان نیست (روست و دیگران، ۲۰۱۰، صص ۳۸-۴۶).

بنابراین، در فرآیند بروز CHD، سبک‌های مقابله‌ای و نوع واکنش افراد در برابر عامل استرس‌زا بیش از خود استرس و شدت آن اهمیت دارد (اکبری، ۱۳۸۸، ص ۳۷۴) و استرس به‌تنهایی نمی‌تواند بروز CHD را پیش‌بینی کند، بلکه سبک‌های مقابله‌ای در برابر استرس به‌عنوان عامل اصلی خطر برای بروز CHD به‌شمار می‌روند (اکبری، ۱۳۸۸، ص ۳۷۴). در این میان، بیشترین قدرت پیش‌بینی بروز CHD مربوط به سبک هیجان‌مدار است (اکبری، ۱۳۸۸، ص ۳۷۴). نتیجه اینکه، بیماری کرونری قلب یکی از انواع بیماری‌های قلبی است که اساساً دارای ماهیت روان‌تنی بوده و نقش عوامل روان‌شناختی (به‌ویژه شخصیتی) (مؤذن، ۱۳۸۸، ص ۱۱۴)، مانند شناخت‌ها و باورهای که فرد در موقعیت اجتماعی- فرهنگی‌ای که در آن زندگی می‌کند، تحصیل نموده و در نتیجه ارزیابی‌ها و برخوردهای هیجان‌مدار با عوامل استرس‌زا، در ظهور آن روشن است و به‌عنوان عامل خطر برای ابتلا به بیماری‌های مختلف کرونری قلب، از قبیل آنژین، تصلب شریین و انفارکتوس میوکارد در نظر گرفته شده است (مؤذن، ۱۳۸۸، ص ۱۱۴).

۵- چگونگی شفاء بودن قرآن

با توجه به اینکه از منظر علوم تجربی، شناخت و در نتیجه نوع ارزیابی و برخورد با عوامل استرس‌زا عامل اصلی بروز بیماری‌های قلب است (آخرین نتیجه مبحث قبل)، معنای کلام خدای تعالی که فرموده: ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (یونس: ۵۷/۱۰) و دلیل آنکه قرآن را به شفاگر قلوب وصف نموده، به‌خوبی تبیین می‌گردد.

آری، قرآن درست به همان دلیل و به همان طریقی که شفای امراض روحانی است، شفابخش امراض قلب ظاهر و از جمله بیماری‌های مختلف کرونری قلب هست و آیه نیز بر آن تصریح دارد، گرچه در نگاه اول چنین چیزی دریافت نمی‌شود؛ زیرا پروردگار متعال پیش از اشاره به خاصیت شفابخشی، موعظه بودن قرآن را مطرح می‌کند که به معنای شفای صدور از طریق پذیرش و عمل به موعظه‌های الهی این کتاب آسمانی است و به این وسیله مهم‌ترین عامل بیماری را تا آنجا که در اختیار آدمی است معدوم می‌سازد.

محققان راهکارهای معنوی زیادی را در باب بهداشت روان از کلام خداوند متعال اخذ نموده‌اند (ر.ک: عباس‌نژاد، ۱۳۸۵، صص ۱۴۶-۱۴۸ و ۲۷۶ و ۳۰۶ و ... / نورمحمدی و دیگران، ۱۳۹۰، صص ۸۱-۹۵ / موسوی، ۱۳۸۷، صص ۸۸-۱۱۲ و ۳۶-۷۰) که با وجود موصوف بودن قرآن به «موعظه» انتظاری جز این نیز نمی‌رود، لکن به منظور رعایت اختصار، از طرح دوباره مسأله می‌پرهیزیم و تنها به عللی اشاره می‌کنیم که عمل به راهکارها را میسر می‌سازد. از نظر قرآن، سه عامل اصلی در پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی - که معلول افعال خود فرد است - دخیل هستند: تفکر و تعقل، شناخت صحیح، ایمان به خدا.

۱-۵- تفکر و تعقل به جای نفس‌پرستی و برخورد عجولانه

قرآن کریم مملو از توصیه‌های اخلاقی است و آنچه بیش از همه به چشم می‌خورد، سفارش به تفکر و تعقل یا همان برخورد به سبک مسأله‌مدار و نهی از برخوردهای هیجان‌مدار و به عبارتی هواپرستی است.

خداوند متعال در سوره انبیا از زبان حضرت ابراهیم (ع) نسبت به کسانی که اهل تعقل نیستند اظهار انزجار نموده، می‌فرماید: ﴿أَفْ لَكُمْ وَا لِمَا تَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَ فَلَا تَعْقِلُونَ﴾ (انبیاء: ۲۱/ ۶۷)؛ «اف بر شما و بر آنچه غیر از خدا می‌پرستید مگر نمی‌اندیشید». البته باید توجه داشت که این انزجار - که با لفظ «اف» بیان شده - مربوط به زمانی است که حق با دلیل و برهان آشکار است، لکن مردم بر اثر عدم تعقل و تفکر در ضلالت‌اند (زمخشری، ۱۴۰۷، ج ۳، ص ۱۲۵ / فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۲۲، ص ۱۵۷ / آلوسی، ۱۴۱۵، ج ۹، ص ۶۵)؛ و در سوره یونس، این عدم تعقل را باعث رجس و پلیدی انسان دانسته است: ﴿وَيَجْعَلُ الرَّجْسَ عَلَى الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ﴾ (یونس: ۱۰/ ۱۰۰)؛ «و [خدا] بر کسانی که نمی‌اندیشند، پلیدی را قرار می‌دهد».

در سوره عنکبوت، تعقل را نتیجه علم معرفی می‌نماید: ﴿وَمَا يَعْقِلُهَا إِلَّا الْعَالِمُونَ﴾ (عنکبوت: ۲۹/ ۴۳)؛ «و [لی] جز دانشوران آن‌ها را درنیابند»؛ و در سوره اسراء از عمل بدون علم بازمی‌دارد: ﴿وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئَلًا﴾ (اسراء: ۱۷/ ۳۶)؛ «و چیزی را که بدان علم نداری دنبال مکن، زیرا گوش و چشم و قلب، همه مورد پرسش واقع خواهند شد». این آیه در حقیقت، از پیروی و متابعت هر چیزی که بدان علم و یقین نداریم نهی می‌کند و چون مطلق است پیروی در اعتقاد و عمل را نیز شامل می‌گردد (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۳، ص ۹۲). بنابراین، نهی از پیروی از غیر علم معنای وسیعی دارد که مسائل اعتقادی و گفتار

و شهادت و قضاوت و عمل را شامل می‌شود (فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۲۰، ص ۳۳۹ / مکارم، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۱۱۶).

بر این اساس الگوی شناخت در همه چیز، علم و یقین است و غیر آن خواه «ظن و گمان» باشد یا «حدس و تخمین» یا «شک و احتمال» هیچ کدام قابل اعتماد نیست (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۱۱۶). همچنان که خدای سبحان می‌فرماید: ﴿وَمَا يَتَّبِعُ أَكْثَرُهُمْ إِلَّا ظَنًّا إِنَّ الظَّنَّ لَا يُغْنِي مِنَ الْحَقِّ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَفْعَلُونَ﴾ (یونس: ۳۶ / ۱۰)؛ «و بیشترشان جز از گمان پیروی نمی‌کنند [ولی] گمان به هیچ وجه [آدمی را] از حقیقت بی‌نیاز نمی‌گرداند. آری، خدا به آنچه می‌کنند داناست». پس در حقیقت خداوند متعال، برخورد مسأله‌مدار را در تمام صحنه‌ها فرض و واجب نموده؛ لکن تصریح دارد به اینکه متأسفانه، همواره اکثریت مردم، پیرو ظن هستند و به تقلید کورکورانه از پدران، راه باطل آن‌ها را دنبال می‌کنند (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۶۱).

بی‌شک در وجود انسان، غرایز و امیال گوناگونی است که همه آن‌ها برای ادامه حیات او ضرورت دارد: خشم و غضب، علاقه به خویشتن، علاقه به مال و زندگی مادی و ... و بدون تردید دستگاه آفرینش همه این‌ها را برای همان هدف تکاملی آفریده است؛ اما گاه این‌ها از حد تجاوز کرده و از صورت یک ابزار مطیع در دست عقل، درآمد و بنای طغیان و یاغی‌گری می‌گذارند، عقل را زندانی کرده و بر کل وجود انسان حاکم می‌شوند و زمام اختیار او را در دست می‌گیرند؛ این همان چیزی است که از آن به «هواپرستی» تعبیر می‌کنند (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۱۵، ص ۱۰۳).

قرآن به شدت از هواپرستی و به عبارتی عدم پیروی از عقل، نهی نموده و در این باره می‌فرماید: ﴿وَلَا تَطْعَمَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرْطًا﴾ (کهف: ۲۸ / ۱۸)؛ «و از آن کس که قلبش را از یاد خود غافل ساخته‌ایم و از هوس خود پیروی کرده و [اساس] کارش بر زیاده‌روی است، اطاعت مکن»؛ و هواپرستی را بدترین گمراهی می‌داند: ﴿وَمَنْ أَضَلُّ مِمَّنْ اتَّبَعَ هَوَاهُ بِغَيْرِ هُدًى مِنَ اللَّهِ﴾ (قصص: ۲۸ / ۵۰)؛ «و کیست گمراه‌تر از آنکه بی‌راهنمایی خدا از هوسش پیروی کند» و آن را مانع عدالت و دادگری معرفی می‌کند: ﴿فَلَا تَتَّبِعُوا الْهَوَىٰ أَنْ تَعْدِلُوا﴾ (نساء: ۴ / ۱۳۵)؛ «پس، از پی هوس نروید که [در نتیجه از حق] عدول کنید»، به طوری که اگر نظام آسمان و زمین بر محور هوا و هوس بگردد، فساد سرتاسر پهنه هستی را خواهد گرفت.^۱

۱. ﴿وَلَوْ اتَّبَعَ الْحَقُّ أَهْوَاءَهُمْ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَمَنْ فِيهِنَّ﴾ (مؤمنون: ۲۳ / ۷۱)؛ «و اگر حق از هوس‌های آن‌ها پیروی می‌کرد، قطعاً آسمان‌ها و زمین و هر که در آن‌هاست تباه می‌شد».

همچنین در آیات: ﴿أَرَأَيْتَ مَنْ اتَّخَذَ إِلَهَهُ هَوَاهُ أَفَأُنْت تَكُونُ عَلَيْهِ وَكَيْلًا أَمْ تَحْسَبُ أَنَّ أَكْثَرَهُمْ يَسْمَعُونَ أَوْ يَعْقِلُونَ إِنْ هُمْ إِلَّا كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ سَبِيلًا﴾ (فرقان: ۲۵ / ۴۳-۴۴)؛ «آیا آن کس که هوای [نفس] خود را معبود خویش گرفته است دیدی؟ آیا [می‌توانی] ضامن او باشی؟ یا گمان داری که بیشترشان می‌شنوند یا می‌اندیشند؟ آنان جز مانند ستوران نیستند، بلکه گمراه‌ترند»، قبح هواپرستی را به تصویر می‌کشد و برای منعکس کردن اهمیت مطلب، نخست می‌فرماید: آن‌ها که معبودشان هوای نفسشان است همچون چهارپایان‌اند، حتی به این اکتفا نکرده و اضافه می‌کند: بلکه از آن‌ها گمراه‌ترند! (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۱۵، ص ۱۰۷).

به این ترتیب قرآن آدمی را از هر گونه تسلیم در برابر خواهش‌های نفسانی بازمی‌دارد و علت تسلیم را عدم تعقل می‌داند، و علم و معرفت را ریشه مسأله‌مدار بودن و به عبارتی تفکر و تعقل معرفی می‌نماید.

همچنین در موارد بسیاری با جملاتی چون ﴿أَفَلَا تَعْقِلُونَ﴾ یا ﴿لَعَلَّكُمْ تَعْقِلُونَ﴾ و ﴿أَفَلَا تَتَفَكَّرُونَ﴾ یا ﴿لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ﴾ و ... بشر را به تفکر و تعقل، دعوت و تشویق نموده است.^۱ آری، یگانه گوهر گران‌بها که در وجود انسانی ودیعه‌گذارده شده، جوهر عقل و ادراک است که باعث امتیاز انسان از حیوان و موجب سعادت و دائرمدار ثواب و عقاب است. اگر بر تمام قوا غالب شود و اعضا و جوارح مطیع و منقاد او گردند، صاحبش به رستگاری رسد و اگر مغلوب شهوات شود، از جاده صواب منحرف گشته، صاحبش گمراه و زیانکار گردد (شاه‌عبدالعظیمی، ۱۳۶۳، ج ۸، ص ۴۱۲)؛ و لذا خداوند، رجس و پلیدی را بر کسانی می‌نهد که در مسیر جهل و عدم تعقل گام گذاشته و حاضر به استفاده از سرمایه فکر و خرد خویش نباشند (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۳۹۰).

۵-۲- شناخت صحیح از خود و محیط اطراف

خداوند در قرآن در کنار امر به تعقل و تفکر، از طریق ایجاد فرهنگ و شناخت صحیح از انسان و محیط اطراف و به عبارتی با دادن جهان‌آگاهی و خودآگاهی صحیح، زمینه تفکرات و ارزیابی‌ها را برای برخورد درست با رویدادها از نو بنا می‌کند.

۱. از جمله: بقره، ۴۴ و ۷۳ و ۷۶ و ۱۶۴ و ۲۱۹ و ۲۴۲ و ۲۶۶ / آل عمران، ۶۵ و ۱۱۸ / انعام، ۳۲ و ۵۰ و ۱۵۱ / یونس، ۱۶ و ۲۴ / جائیه، ۵ و ۱۳.

خداوند متعال حیات دنیوی «لهو» و «لعب» معرفی می‌نماید و خیر انسان را در پرداختن به زندگی اخروی می‌داند.^۱ چراکه این زندگی همانند «لعب» حول مدار سلسله عقاید اعتباری و غرض‌های موهوم می‌چرخد؛ و نیز چون آدمی را از مسائل مهم حیات اخروی‌اش که حیات حقیقی و دائمی است بازمی‌دارد، پس نوعی لهو است؛ اما حیات اخروی به دلیل حقیقی و ثابت بودن، خیر است لکن چنین حیاتی جز برای متقین دست نمی‌دهد، از این جهت فرمود: «خیر است برای متقین» (زمخشری، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۱۷ / طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۷، ص ۵۷ / مکارم، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۲۰۷). در عین حال باید توجه داشت که نفس دنیا به «لعب» وصف نشده (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۴، ص ۴۵۴)، چنانکه در جای دیگر می‌فرماید: ﴿وَأَبْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنْ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ﴾ (قصص: ۲۸/۷۷)؛ «و با آنچه خدایت داده سرای آخرت را بجوی و سهم خود را از دنیا فراموش مکن، و همچنان که خدا به تو نیکی کرده نیکی کن و در زمین فساد مجوی که خدا فسادگران را دوست نمی‌دارد» که اشاره دارد به اینکه، مال و ثروت برخلاف پندار بعضی کج‌اندیشان، چیز بدی نیست؛ مهم آن است که در چه مسیری به کار افتد (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۱۶، ص ۱۵۵)؛ به طوری که برخی تصریح دارند به اینکه عبارت ﴿وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا﴾ دلالت دارد بر اینکه، با دنیا آخرت را به دست آور (بیضاوی، ۱۴۱۸، ج ۴، ص ۱۸۵ / طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۷، ص ۴۱۶ / طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۶، ص ۷۶).

آری، پروردگار متعال در این آیات به خوبی تبیین نموده که دنیا را نه هدف، که ابزار رسیدن به هدف قرار داده، و این دنیا نیست مگر مزرعه آخرت! لذا آنچه به عنوان «لعب» و «لهو» معرفی شده در حقیقت زندگی‌ای است که هدف از آن دنیا و خاصیتش خاصیت لهو و لعب باشد، نه مطلق زندگی در این دنیا. همچنین به منظور معرفی حقیقت وجود آدمی، غایت و نهایتی را که می‌تواند بدان برسد، به تصویر می‌کشد تا قدر و منزلت خویش بداند و به هر پستی و حقارت تن ندهد؛ باشد که راه تفکر و تعقل پیش گیرد و از پیروی از ظن و گمان و هواهای نفسانی دوری کرده، این نسخه شفابخش را با جان و دل پذیرا شود: ﴿يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً﴾ (فجر: ۲۷-۲۸)؛ «ای نفس مطمئنه، خشنود و خداپسند به سوی پروردگارت بازگرد».

۱. ﴿وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَلدَّارِ الْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَ فَلَا تَعْقِلُونَ﴾ (انعام: ۶ / ۳۲)؛ «و زندگی دنیا جز بازی و سرگرمی نیست و قطعاً سرای بازپسین برای کسانی که پرهیزگاری می‌کنند بهتر است. آیا نمی‌اندیشیدم».

۳-۵- ایمان به خدا

قرآن علی‌رغم فرهنگ و شناختی که در اختیار نوع بشر گذارده تا او را از عکس‌العمل‌های منفعلانه بازدارد، به نمونه‌های متداول برخی از هیجانانگیز، از جمله ترس، خشم، غم، شادی و علاقه و ... - که روان‌شناسان معمولاً از آن‌ها به‌عنوان هیجانانگیز اصلی نام برده و باقی را زیرمجموعه آن‌ها می‌دانند (ریو، ۲۰۰۵، ص ۳۰۶) - نیز می‌پردازد و نه تنها حکم به نابودی‌شان نمی‌دهد، بلکه از ایمان به‌عنوان راه تعدیل آن‌ها و جلوگیری از ظهورشان، جز به حکم ضرورت، یاد می‌کند. در ادامه چند نمونه را به‌اختصار بررسی می‌کنیم.

۳-۵-۱- ایمان و خوف و حزن

خوف زمانی بر نفس عارض می‌شود که احتمال ضرر رسیدن به او وجود داشته باشد، و ظهور اندوه، زمانی است که آنچه را دوست داشته از دست بدهد یا چیزی را که کراهت داشته محقق شود، خواه برای او نفع داشته باشد یا ضرر. تحقق این خوف و اندوه تنها هنگامی است که آدمی برای خود، حقی نسبت به آنچه از آن خوف یا اندوه دارد، از فقدان فرزند و مال و جاه و ...، قائل باشد، اما کسی که نسبت به چیزی هیچ نوع دل‌بستگی نباشد، و معتقد است همه چیز ملک مطلق خدای سبحان است و احدی در این ملکیت شریک او نیست، برای خود هیچ مالکیت و حقی نسبت به چیزی در نظر ندارد تا درباره آن دچار خوف و یا اندوه گردد (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۹۰). خلاصه اینکه غم و ترس در انسان‌ها معمولاً ناشی از روح دنیاپرستی است (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۳۳۴). لذا همان‌گونه که خداوند متعال در قرآن می‌فرماید: ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا وَ كَانُوا يَتَّقُونَ﴾ (یونس: ۱۰ / ۶۲-۶۳)؛ «آگاه باشید، که بر دوستان خدا نه بیمی است و نه آنان اندوهگین می‌شوند همانان که ایمان آورده و پرهیزگاری ورزیده‌اند»، اولیاء خدا با داشتن دو رکن اساسی دین و شخصیت، یعنی ایمان و تقوا، از چنان آرامشی در درون خود برخوردارند که هیچ‌یک از طوفان‌های زندگی آن‌ها را تکان نمی‌دهد (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۳۳۶).

در اینجا ایمان و تقوا تفسیری برای اولیاء‌الله است (فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۱۷، ص ۲۷۵/مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۳۳۶)؛ و اگرچه اکثریت آیه را مختص قیامت دانسته‌اند (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۵، ص ۱۸۱/فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۱۷، ص ۲۷۶)، لکن اطلاق آیه دلالت دارد بر اینکه اولیای خدا هم در دنیا متصف به نداشتن خوف و اندوه‌اند و هم در آخرت (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۹۰).

قرآن درباره مشکلات و مصائب انسان - هرچند خود فرد در وقوع آن دخالتی ندارد و حتی برای ممانعت از آن، تلاش نیز می‌کند مانند مصائبی که در زمین رخ می‌دهد همچون زلزله، سیل و طوفان و همچنین مصائبی که در نفوس انسان‌ها واقع می‌شود مانند مرگ و بیماری و انواع حوادث دردناکی که دامان انسان را می‌گیرد - توصیه‌ای کلی دارد:

﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾ (حدید: ۵۷ / ۲۲-۲۳)؛ «هیچ مصیبتی نه در زمین و نه در نفس‌های شما [به شما] نرسد، مگر آنکه پیش از آنکه آن را پدید آوریم، در کتابی است. این [کار] بر خدا آسان است تا بر آنچه از دست شما رفته اندوهگین نشوید و به [سبب] آنچه به شما داده است شادمانی نکنید، و خدا هیچ خودپسند فخرفروشی را دوست ندارد». آیه ۲۳ سوره حدید، بیانگر علت مطلبی است که در آیه قبل آمده است (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۹، ص ۱۶۷)؛ یعنی خداوند متعال بیان می‌کند که اخبار او از اینکه این امور به قضا و قدر واقع می‌شود و در کتابی که لایتغیر است ثبت شده، موجب می‌شود که انسان نه به آنچه واقع می‌شود بیش از حد شادمان گردد و نه به آنچه واقع نمی‌شود محزون (فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۲۹، ص ۴۶۷). همچنین، با عبارت پایانی آیه ﴿وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ﴾ بیان می‌کند حزن بر مافات و فرح بر عنایات، نتیجه تکبر و غروری است که علاج آن ایمان به قضا و قدر و اعتقاد به این است که آنچه آدمی دارد خود به دست نیاورده بلکه تملک او بر آن به فضل خدای سبحان است، و نباید به سبب آن بر مردم برتری جوید یا فخر فرورد و فریفته شود (مدرسی، ۱۴۱۹، ج ۱۵، صص ۹۰-۹۱).

پس این آیه راه ثبات را، رضا و تسلیم به قضایی که خداوند رانده و به وقوع آن اذن داده (همان، ص ۸۸) معرفی می‌کند. لذا اولیاء خدا، نه با از دست دادن امکانات مادی جزع و فزع می‌کنند و نه ترس از آینده در این‌گونه مسائل، افکارشان را به خود مشغول می‌دارد؛ بنابراین غم‌ها و ترس‌هایی که دیگران را دائماً در حال اضطراب و نگرانی نسبت به گذشته و آینده نگه می‌دارد در وجود آن‌ها راه ندارد (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۳۳۴). به این ترتیب امنیت و آرامش واقعی بر وجود آن‌ها حکم فرماست و به گفته قرآن: ﴿أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ﴾ (انعام: ۸۲)؛ «آنان را ایمنی است» (همان‌جا).

البته باید توجه داشت که جمله ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ﴾ در قرآن کریم مقید شده به آیاتی که تصریح دارند بر وجوب خوف از خدا؛ پس اولیاء خدا از هیچ چیزی در دنیا و آخرت

نمی‌ترسند مگر خدای سبحان (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۹۲)، چنانکه قرآن مجید نیز درباره مؤمنان می‌گوید: ﴿الَّذِينَ يَخْشَوْنَ رَبَّهُم بِالْغَيْبِ وَهُمْ مِنَ السَّاعَةِ مُشْفِقُونَ﴾ (انبیاء: ۲۱/۴۹)؛ «همان کسانی که از پروردگارشان در نهان می‌ترسند و از قیامت هراسناک‌اند».

پس در اینجا، منظور غم‌های مادی و ترس‌های دنیوی است، وگرنه دوستان خدا وجودشان از خوف او مالمال است، ترس از عدم انجام وظایف و مسؤولیت‌ها؛ که این ترس جنبه معنوی دارد و مایه تکامل وجود انسان و ترقی او است به‌عکس ترس و اندوه‌های مادی، که مایه انحطاط و تنزل است (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۸، ص ۳۳۵).

کوتاه‌سخن اینکه، رفع خوف از غیر خدا و حزن، از اولیاء به این معنا نیست که برای ایشان خیر و شر، نفع و ضرر، نجات و هلاکت، راحت و خستگی، لذت و درد و نعمت و بلا، یکسان و درک اولیای خدا درباره آن‌ها شبیه به هم است چون عقل انسانی بلکه شعور عام حیوانی هم این را نمی‌پذیرد. بلکه معنایش این است که اولیای خدا برای غیر خدای تعالی هیچ استقلالی در تأثیر نمی‌بینند و مالکیت و حکم را منحصر در خداوند متعال دانسته، در نتیجه از غیر او و آنچه خدا دوست می‌دارد و می‌خواهد که از آن بر حذر باشند یا به خاطر آن اندوهگین شوند، نمی‌ترسند (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۰، ص ۹۳).

همچنین آیات ۲۲ و ۲۳ سوره حدید، آموزنده چهار درس است: اول: حسن خلق و خوش‌اخلاقی، زیرا کسی که وجود دنیا و عدمش (بود و نبودش) در پیش او بی‌تفاوت باشد حسد نوزد و دشمنی نکند و مالش را از کسی دریغ و مضایقه ننماید، زیرا این‌ها از موجبات سوء خلق و بداخلاقی است و آن هم از ثمرات حبّ دنیاست؛ دوم: کوچک شمردن دنیا و اهل آن، هر گاه به وجود آن شادمان نشود و به عدمش محزون نباشد؛ سوم: بزرگ شمردن آخرت به سبب آنچه از ثواب ابدی که خالص و پاک از نواقص و عیب‌هاست، در آن عالم نصیبشان می‌گردد؛ چهارم: افتخار و مباهات به خدای متعال نمودن، نه به اسباب دنیا و زر و زیور ظاهری آن (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۹، ص ۳۶۲/شاه‌عبدالعظیمی، ۱۳۶۳، ج ۱۳، ص ۴۲). رعایت این موارد به آدمی قدرت غلبه بر انفعالات و برخوردی فعال در برابر حوادث را می‌دهد.

۵-۳-۲- ایمان و غضب

در قرآن مجید خطاب به اهل ایمان آمده: ﴿وَالَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَبَائِرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَاحِشَ وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ﴾ (شوری: ۴۲/۳۷)؛ «و کسانی که از گناهان بزرگ و زشت‌کاری‌ها خود را به دور می‌دارند و چون به خشم درمی‌آیند درمی‌گذرند»؛ این جمله عطف است بر جمله ﴿الَّذِينَ

﴿آمَنُوا﴾ (زمخشری، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۲۲۸/ بیضاوی، ۱۴۱۸، ج ۵، ص ۸۳/ آلوسی، ۱۴۱۵، ج ۱۳، ص ۴۶/ طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۸، ص ۶۲) و اشاره دارد به فضیلت عفو در هنگام غضب که از بارزترین صفات مؤمنین است (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۱۸، ص ۶۳) و مختص به ایشان (زمخشری، ۱۴۰۷، ج ۴، ص ۲۲۸/ بیضاوی، ۱۴۱۸، ج ۵، ص ۸۳/ آلوسی، ۱۴۱۵، ج ۱۳، ص ۴۶)؛ یعنی، نه تنها در موقع غضب زمام اختیار از کفشان ربوده نمی‌شود و دست به اعمال زشت و جنایات نمی‌زنند، بلکه با آب عفو و غفران، قلب خود و دیگران را از کینه‌ها شستشو می‌دهند (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۲۰، ص ۴۶۰).

البته خداوند متعال می‌داند که غضب، انفعالی بشری است که از فطرت وی سرچشمه می‌گیرد و به‌طور کلی شر نیست. پس غضبی که برای خدا و دین و حق و عدل باشد مطلوب و خیر است (سید قطب، ۱۴۱۲، ج ۵، ص ۳۱۶۴). در اینجا مراد، غضب ناشی از اذیت و مکروهی است که به خود فرد می‌رسد (شاه‌عبدالعظیمی، ۱۳۶۳، ج ۱۱، ص ۴۳۳) و عفو و گذشت بدان تعلق می‌گیرد که ممدوح است، لکن آنچه در محدوده حقوق الهی و واجبات قرار می‌گیرد عفو و گذشت در آن جایز نیست (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۹، ص ۵۰).

۵-۳-۳- ایمان و حب و علاقه

خداوند متعال با اشاره تفصیلی به آنچه که می‌تواند در بشر ایجاد علقه و محبت کند، می‌فرماید: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَتَّخِذُوا آبَاءَكُمْ وَ إِخْوَانَكُمْ أَوْلِيَاءَ إِنِ اسْتَحَبُّوا الْكُفْرَ عَلَى الْإِيمَانِ وَ مَنْ يَتَوَلَّهُمْ مِنْكُمْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَ أَبْنَاؤُكُمْ وَ إِخْوَانُكُمْ وَ أَزْوَاجُكُمْ وَ عَشِيرَتُكُمْ وَ أَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَ تِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَ مَسَاكِينُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَ رَسُولِهِ وَ جِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَ اللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ﴾ (توبه: ۹/ ۲۳-۲۴)؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، اگر پدرانتان و برادرانتان کفر را بر ایمان ترجیح دهند [آنان را] به دوستی مگیرید، و هر کس از میان شما آنان را به دوستی گیرد، آنان همان ستمکارانند. بگو: «اگر پدران و پسران و برادران و زنان و خاندان شما و اموالی که گردآورده‌اید و تجارتی که از کسادش بیمناکید و سراهایی را که خوش می‌دارید، نزد شما از خدا و پیامبرش و جهاد در راه وی دوست‌داشتنی‌تر است، پس منتظر باشید تا خدا فرمانش را [به اجرا در] آورد.» و خداوند گروه فاسقان را راهنمایی نمی‌کند».

این آیات که اهل ایمان مخاطب آن قرار گرفته‌اند، بر قطع علاقه از زخارف پست دنیا دلالت دارد (آلوسی، ۱۴۱۵، ج ۵، ص ۲۶۴) و بر اینکه اگر بین مصلحتی از مصالح دینی و جمیع مهمات

دنیوی تعارضی به وجود آمد، ترجیح دین بر دنیا بر هر مسلمانی واجب است (فخر رازی، ۱۴۲۰، ج ۱۶، ص ۱۷). البته، مقصود رهبانیت و اجتناب از طبیات نیست، بلکه مراد از این آیه ایجاد عقیده‌ای است که قلب و حب را برای خدا خالص می‌کند، عقیده‌ای که سیطره و حاکمیت دارد، حرکت می‌دهد و دفع می‌کند (سید قطب، ۱۴۱۲، ج ۳، ص ۱۶۱۵).

آیه دوم در حقیقت تأکیدی است بر آنچه در آیه اول مطرح شد (مکارم، ۱۳۷۴، ج ۷، ص ۳۳۲) و خدای سبحان در این آیه امور اصلی که زینت زندگی دنیوی‌اند و حب نفس به آن‌ها تعلق می‌گیرد، برمی‌شمارد (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۹، ص ۲۰۸). آری، هنگامی که شخص به خود و منافع خود وابسته باشد نگرشش به عالم خودخواهانه می‌شود، لذا حقیقت آن را درک نمی‌کند و در این حال است که هدف تیر بلاها قرار می‌گیرد (مدرسی، ۱۴۱۹، ج ۴، ص ۱۴۷).

۵-۳-۴- چگونگی تأثیر ایمان بر هیجان

از آنچه گذشت چنین دریافت می‌شود که ایمان به خدا در حقیقت مرزها را مشخص می‌نماید، مرز هیجان ممدوح و مذموم، رشددهنده و نابودکننده. بنابراین توان گفت که قرآن، عامل اصلی پیشگیری از ایمان به خداوند تبارک و تعالی، به‌عنوان خالق و پروردگار عالم و مدبر امور و غایت و نهایت هستی می‌داند. توضیح آنکه از آنجا که ایمان، معرفتی را به آدمی تقدیم می‌کند که در پرتو آن جهان‌بینی و خودآگاهی - چنانکه ذکر شد - قابل شکل‌گیری است، و از طریق این فرهنگ و شناخت حاصله از ایمان، تعقل و تفکر مثمر ثمر می‌شود؛ زیرا امکان دارد تعقل و تفکر و حتی شناخت از خود و جهان پیرامون باشد، لکن نه با محوریت حق. در این صورت شخص خودمحور شده و لذا مرزبندی‌ها مطابق نسخه قرآنی نخواهد بود، در نتیجه هر قدر شناخت و تعقل که باشد باز هم سلامت را تأمین نخواهد کرد، زیرا خالق و صانع هر شیء به چگونگی حفاظت از آن آگاه‌تر است؛ از این‌رو در انتهای آیه موردنظر آمده ﴿لِلْمُؤْمِنِينَ﴾ (یونس: ۵۷/۱۰). در حقیقت قرآن با جهان‌بینی خدامحوری که ارائه می‌دهد، خلقیاتی را به جامعه بشری اهدا می‌کند که نه تنها سبب آرامش روانی می‌شود، بلکه افعال دیگر او اعم از فعالیت‌های بدنی، خوردوخوراک و ... را نیز کنترل می‌کند.

در پایان، ضرورت پاسخ به یک شبهه احساس می‌گردد؛ و آن اینکه «چرا قرآن تنها به شفای قلوب وصف شده است؟ و آیا این بدان معناست که قرآن به سایر اعضا بی‌توجه بوده و سلامت آن‌ها را مدنظر نداشته است؟».

پاسخ این است که: اگرچه پزشکان در تعیین مهم‌ترین عضو بدن اختلاف دارند و نظرات گوناگونی در این زمینه ارائه داده‌اند، لکن با توجه به اینکه مرگ قلب، مرگ کامل را به دنبال دارد در حالی که مرگ سایر اعضا، حتی مغز چنین اثری را ندارد، می‌توان دریافت که بدن گرچه اعضای اصلی متعددی دارد که اختلال در هر یک، سایر اعضا را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد اما در این میان اصلی‌ترین عضو همان قلب است.

لذا توجه قرآن به قلب، از باب بی‌توجهی به سایر اعضا نیست، بلکه قلب در اینجا نماینده‌ای است از تمام اعضا. این‌گونه تعبیرات کنایی، در عرف هم رایج است، چنانکه مثلاً می‌گوییم فلان فرمانده یا امیر در جنگ پیروز شد و مرادمان او و لشکر تحت فرمانش است. در قرآن نیز می‌فرماید: ﴿إِنَّا فَتَحْنَا لَكَ فَتْحًا مُّبِينًا﴾ (فتح: ۴۸ / ۱)؛ «ما تو را پیروزی بخشیدیم [چه] پیروزی درخشانی» که پیامبر را مخاطب قرار می‌دهد لکن در حقیقت همه مسلمین مخاطب این آیه بودند.^۱ بنابراین اشکال فوق بر آیه و تفسیری که از آن ارائه شد، وارد نیست.

نتیجه‌گیری

با توجه به آنچه گذشت، به‌جرات می‌توان ادعا کرد از جمله آیاتی که دلالت بر توجه خدای تعالی به سلامت جسمانی دارد، آیه ﴿يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْوِينُكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ﴾ (یونس: ۵۷ / ۱۰) است؛ که در آن مراد از تعبیر ﴿لِمَا فِي الصُّدُورِ﴾ «قلب» آدمی است که هم به معنای «روح» و یا «عقل» است و هم عضو صنوبری شکل در سمت چپ بدن.

آری، قرآن در ۱۴ قرن پیش، با نظر به اینکه سبک‌های مقابله‌ای در برابر فشارهای روانی به‌عنوان عامل اصلی خطر برای بروز بیماری عروق کرونر (CHD) به‌شمار می‌روند و در این

۱. امروزه آثار قرائت قرآن بر اعضا مختلف بدن از لحاظ علمی نیز به اثبات رسیده است. آزمایش‌هایی که توسط دکتر امام و همکارانش صورت گرفته، درمان کامل سرطان و یا بهبودی نسبی آن را به روش طب سوزنی رادیو فرکانس، با استفاده از تلاوت قرآن کریم نشان می‌دهد (<http://www.tim.ir/post-645.html>). همچنین در آزمایش‌هایی که ماسارو ایموتو (Masaru Imoto) انجام داده، تأثیر آواها و نواهای گوناگون روی مولکول آب به‌نمایش درآمده که ماسارو ایموتو (<http://www.masaru-emoto.net/english/water-crystal.html>) که با توجه بدان می‌توان اثر مثبت قرائت کلام‌الله را بر جسم خود که بیش از نصف آن را آب تشکیل داده، دریافت! باین‌وجود، چگونه می‌توان تأثیر عمل به قرآن را که تنها قرائتش این‌چنین مؤثر است، بر اعضای مختلف جسم نادیده انگاشت و انکار نمود؟!

میان، بیشترین قدرت پیش‌بینی بروز این بیماری مربوط به سبک هیجان‌مدار است که از شناخت و تفسیر فرد از عامل استرس‌زا و عدم تفکر و تعقل او ناشی می‌شود، فرهنگی را ارائه می‌دهد که با خط بطلان کشیدن بر همه خواسته‌ها و آرزوها و آرمان‌ها و خلاصه همه خدایان که برای رسیدن به آن‌ها فشار را تحمل می‌کنند، و معرفی خدای یگانه به‌عنوان تنها ارزش، آرامش را به آدمی بازمی‌گرداند، البته اگر بدو ایمان آرند! درحالی‌که مطالعات علمی درباره هیجان، حدود ۱۰۰ سال پیش آغاز شد (ریو، ۲۰۰۵، ص ۳۲۴).

بنابراین خداوند متعال عامل اصلی پیشگیری از بیماری‌های قلب ظاهر را، پیشگیری از امراض روحانی معرفی نموده است. البته قرآن مجید، اشاره مستقیم به علل این بیماری ندارد و تنها از آنچه ارائه نموده و با توجه به تصریحش بر شفابخشی قلوب و کشفیات علوم تجربی، این نتیجه به دست می‌آید.

منابع و مأخذ

- قرآن کریم.
- فولادوند، محمدمهدی؛ ترجمه قرآن؛ تهران: دارالقرآن الکریم، ۱۴۱۵ ق.
۱. آلوسی، سید محمود؛ روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم؛ بیروت: دار الکتب العلمیة، ۱۴۱۵ ق.
 ۲. ابن منظور، محمد بن مکرم؛ لسان العرب؛ به کوشش جمال‌الدین میردامادی، ج ۳، بیروت: دار الفکر، ۱۴۱۴ ق.
 ۳. اکبری، مهدی؛ «ارتباط استرس و سبکهای مقابله‌ای با بیماری کرونری قلب: نقش عامل جنسیت»، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، سال پانزدهم، شماره ۴، ۱۳۸۸ ش.
 ۴. —؛ «بررسی تأثیر هیجان‌های منفی، بازداری اجتماعی و نقش عامل جنسیت در بروز بیماری کرونری قلب»، مطالعات روانشناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، دوره ۴، شماره ۱، ۱۳۸۷ ش.
 ۵. بیضاوی، عبدالله؛ أنوار التنزیل و أسرار التأویل؛ به کوشش عبدالرحمن مرعشلی، بیروت: دار احیاء التراث، ۱۴۱۸ ق.
 ۶. جعفری، هدایت، «بررسی برخی عوامل خطر و عوامل تسریع‌کننده حمله قلبی و علل تأخیر در مراجعه بیماران مبتلا به انفارکتوس حاد میوکارد در مرکز قلب مازندران در سال ۱۳۸۸»، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دوره نوزدهم، شماره ۷۳، ۱۳۸۸ ش.
 ۷. حویزی، عبدعلی بن جمعه؛ تفسیر نور الثقلین؛ به کوشش سید هاشم رسولی محلاتی، ج ۴، قم: اسماعیلیان، ۱۴۱۵ ق.
 ۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد؛ المفردات فی غریب القرآن؛ به کوشش صفوان عدنان داودی، بیروت - دمشق: دار الشامیة - دار القلم، ۱۴۱۲ ق.
 ۹. زمخشری، محمود؛ الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل؛ بیروت: دار الکتب العلمیة، ۱۴۰۷ ق.
 ۱۰. سیوطی، جلال‌الدین؛ الدر المنثور فی تفسیر المأثور؛ قم: انتشارات کتابخانه آیت‌الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۴ ق.
 ۱۱. شاذلی، سید بن قطب؛ فی ظلال القرآن؛ ج ۱۷، بیروت - قاهره: دار الشروق، ۱۴۱۲ ق.
 ۱۲. شاه‌العظیمی، حسین؛ تفسیر اثنی عشری؛ تهران: انتشارات میقات، ۱۳۶۳ ش.
 ۱۳. شفر، مارتین؛ فشار روانی: ماهیت، پیشگیری، سازگاری؛ مترجم: پروین بلوچی، تهران: پازنگ، ۱۳۶۷ ش.
 ۱۴. طباطبایی، سید محمدحسین؛ المیزان فی تفسیر القرآن؛ ج ۵، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۱۷ ق.
 ۱۵. طبرسی، فضل بن حسن؛ مجمع‌البیان فی تفسیر القرآن؛ ج ۳، تهران: انتشارات ناصر خسرو، ۱۳۷۲ ش.
 ۱۶. عباس‌نژاد، محسن؛ قرآن و طب؛ مشهد: بنیاد پژوهش‌های قرآنی حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۵ ش.
 ۱۷. فخر رازی، محمد بن عمر؛ مفاتیح الغیب؛ ج ۳، بیروت: دار احیاء التراث العربیة، ۱۴۲۰ ق.
 ۱۸. فراهیدی، خلیل بن احمد؛ العین؛ به کوشش مهدی مخزومی، ابراهیم سامرائی، ج ۲، قم: دار الهجرة، ۱۴۱۰ ق.
 ۱۹. قرشی، سید علی‌اکبر؛ تفسیر احسن الحدیث؛ ج ۳، تهران: بنیاد بعثت، ۱۳۷۷ ش.
 ۲۰. کریم‌آبادی / دلاور / پوراسماعیلی؛ «جلوه‌های درمانی قرآن کریم»، انجمن تحقیقات طب سنتی ایران، دانشگاه علوم پزشکی تهران، بهار ۸۹، <http://www.tim.ir>.

۲۱. کلینی، محمد بن یعقوب؛ *الاصول من الکافی*؛ ج ۲، تهران: اسلامیه، ۱۳۶۲ ش.
۲۲. گایتون، آرتور / هال، ادوارد؛ *فیزیولوژی پزشکی* ۲۰۰۶؛ ترجمه و ویرایش: حوری سپهری، علی راستگار فرج زاده، با مقدمه و زیر نظر: علی حائری روحانی؛ ج ۲ (ویراست یازدهم)، تهران: اندیشه رفیع، ۱۳۸۶ ش.
۲۳. مدرسی، سید محمدتقی؛ *من هدی القرآن*؛ تهران: دار محبی الحسین، ۱۴۱۹ ق.
۲۴. مرتضی زبیدی، محمد بن محمد؛ *تاج العروس*؛ به کوشش علی هلالی/علی سیری، بیروت: دار الفکر، ۱۴۱۴ ق.
۲۵. مصطفوی، حسن؛ *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*؛ تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۶۰ ش.
۲۶. مکارم شیرازی، ناصر؛ *تفسیر نمونه*؛ تهران: دار الکتب الإسلامیة، ۱۳۷۴ ش.
۲۷. مؤذن، سمیه؛ «مقایسه فعالیت سیستمهای مغزی - رفتاری و ابعاد کمال گرایی در بیماران کرونری قلب و افراد سالم»، *مجله علوم رفتاری*، دوره ۳، شماره ۲، ۱۳۸۸ ش.
۲۸. موسوی اصل، سیدمهدی؛ «نقش رفتارهای دینی در سلامتی معنوی»؛ *مجله روانشناسی و دین*، شماره ۱ و ۲، ۱۳۸۷ ش.
۲۹. موکیلی، الکس / دانتزر، روبرت (Alex Muchielli/Robert Dantzer)؛ *انگیزش و هیجان*؛ مترجم: حمزه گنجی و علی پیکانی؛ تهران: ساوالان، ۱۳۸۴ ش.
۳۰. نورمحمدی، محمدرضا و دیگران؛ «قرآن و راهکارهای معنوی جهت تأمین بهداشت روانی انسانها»؛ *مجله کتاب قیم*، شماره ۲، ۱۳۹۰ ش.

31. Imoto, Masaru; *"What Is The Photograph of Frozen Water Crystals?"*, <http://www.masaru-emoto.net>.
32. Marmot M.G, Bosma H, Hemingway H, Brunner E, Stansfeld S; *"Contribution of Job Control and Other Risk Factors to Social Variations in Coronary Heart Disease Incidence"*, The Lancet, Vol. 350, Issue 9073, p. 235-239, 1997.
33. Nyklicek I, Denollet J; *"Lack of Psychological Mindedness in Men with Coronary Heart Disease"*, Journal of Psychosomatic Research, Vol. 56, Issue 6, p. 657, 2004.
34. Reeve, Johnmarshall; *Understanding Motivation and Emotion*, Forth Edition, USA: John Wiley & Sons Inc, 2005.
35. Roest A.M, Martens E.J, Jonge P, Denollet J; *"Anxiety and Risk of Incident Coronary Heart Disease: A Meta-Analysis"*, Journal of the American College of Cardiology, Vol. 56, Issue 1, p. 38-46, 2010.