

بررسی تاثیر آموزه های اسلام بر سلامت اجتماعی افراد

ملیحه محمدی^۱ و ثمینه بهادری جهرمی^{۲*}

۱ گروه علوم اجتماعی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران

۲ گروه علوم اجتماعی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران

* (نویسنده مسؤل)

چکیده

تمسک به قرآن و دین باروری به زندگی انسانها معنا می دهد و این موجب آرامش بخشی از حوادث و رویدادها در جهان هستی است، که از این طریق به انسان آرامش روانی دست می دهد. قرآن روش های چندی در روان درمانی پیش گرفته است که مهم ترین آنها ایجاد تعدیل یا تغییر در شخصیت و رفتار است. هدف اساسی روان درمانی را تغییر نوع تفکرات بیماران روانی درباره خود، هستی، مردم و زندگی، مشکلات و اهداف زندگی دانسته اند. در مقاله حاضر با عنوان تاثیر آموزه های اسلام بر سلامت اجتماعی افراد به بررسی نظریات اسلام و قرآن و مبحث روان شناسی می پردازد.

واژه های کلیدی: آموزه های اسلام، سلامت اجتماعی، بیماری های روانی

۱ - مقدمه

در قرآن توصیف شخصیت انسان و خصوصیات عمومی آن که باعث تمایز انسان از دیگر آفریده‌ها می‌شود. 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 آن را به عنوان غرایز یا فطرت مورد توجه قرار می‌دهد. بیماری‌های روانی از بدو پیدایش بشر وجود داشته و هیچ فردی، از هیچ طبقه اقتصادی - اجتماعی خاصی، در مقابل آن‌ها مصونیت نداشته و خطری است که بشر را مرتباً تهدید می‌کند. ما به مراجعه به قرآن می‌توانیم از این بیماری‌های جلوگیری کنیم.

نظریات اسلام

خداوند بنیان درمان و نسخه شفابخش خویش ذکر خدا را درمان نهایی هرگونه اضطرابی می‌داند سپس با بیان آموزه‌ها و دستورهایی می‌کوشد تا انسان با به کارگیری آن‌ها توازن و تعادل شخصیتی را در خود ایجاد نماید. «قل هو للذین آمنوا هدی و شفاء»؛ (فصلت، ۴۴/۴۱) بگو این قرآن برای مؤمنان مایه هدایت و شفاء است. حضرت علی (ع) می‌فرماید:

«فاستشفوه من ادوائکم و استعینوا به علی لاوائکم فان فیه شفاء من اکبر الداء»؛ از این کتاب بزرگ آسمانی برای بیماری‌های خود شفا بخواهید و برای حل مشکلاتتان از آن یاری بطلبید، چرا که در این کتاب درمان بزرگترین دردهاست. امروزه، نگرش خاصی به ماهیت انگیزه‌های اساسی محرک رفتار و ماهیت تهدیدهای اضطراب آمیز و اسباب ایجاد عوارض بیماری‌های روانی و عقلانی می‌شود تا با شناخت آن از بروز آن‌ها پیشگیری شود. موضوع پیشگیری از رفتارهای انحرافی و بحران‌های روحی و روانی به عنوان یکی از مسایل مهمی است که روان‌شناسان و جامعه‌شناسان درگیر آن هستند. به تازگی گرایش جدیدی در میان روان‌شناسان و روان‌درمانگران پدید آمده است تا به تاثیر عوامل فرهنگی و اجتماعی در شخصیت و نیازهای انسان بیشتر توجه شود. این گرایش طرفدار توجه بیشتر به دین برای سلامت روان و درمان بیماری‌های روانی است. آنان بر این باورند که در ایمان به خدا نیروی خارق العاده‌ای وجود دارد که نوعی قدرت معنوی به انسان دیندار می‌بخشد و در تحمل سختی‌های زندگی او را کمک می‌کند و از نگرانی، اضطراب و در نتیجه پیامدهای زیانباری چون افسردگی و خودکشی باز می‌دارد.

در قرآن کریم آیات بسیاری وجود دارد که فطرت وجود انسان و حالات گوناگون روان او را متذکر شده علل و عوامل انحراف و بیماری‌ها و همچنین راه‌های تهذیب و تربیت و درمان و روان انسان را نشان داده است. آیاتی که در خصوص روان انسان در قرآن کریم وجود دارند نشانه‌هایی هستند که انسان برای شناختن خود و خصلت‌های گوناگونش می‌تواند از آن‌ها راهنمایی بجوید و برای دستیابی به روشی درست به منظور تهذیب و تربیت نفس خویش، توسط آیات مزبور ارشاد شود. ما به طور کامل می‌توانیم به کمک حقایقی که در قرآن درباره انسان و صفات و حالات روانی او آمده است، به ترسیم چهره‌ای درست از شخصیت انسانی راهنمایی شویم و نیز انگیزه‌های اصلی محرک رفتار انسان و عواملی را که در هماهنگ کردن شخصیت و تکامل و ایجاد بهداشت روانی او تاثیر به‌سزایی دارند، بشناسیم تا «روان‌شناسی قرآن» به صورت هماهنگ و منسجم در اختیار ما قرار گیرد. قرآن، بهترین راهنما برای تدوین جامع‌ترین دستورالعمل بهداشت روانی فردی محسوب می‌شود. خداوند در قالب آیات متعددی به سلامت فردی و اجتماعی و در عین حال بهداشت جسمی و روحی بشر اشاره کرده است که توجه به آن‌ها می‌تواند بهترین راه درمان و جامع‌ترین دستورالعمل بهداشتی در مقابله با آسیب‌های این چینی باشد. چنان که خداوند می‌فرماید:

«و نزل من القرآن ما هو شفاء و رحمه للمؤمنین و لا یزید الظالمین إلا خساراً» (اسراء، ۸۲/۱۷)؛ قرآن را نازل می‌کنیم که شفاء و رحمت برای مومنان است و ستمگران را جز خسران (و زیان) نمی‌افزاید. با گذر زمان و پیشرفت‌های مختلف علمی که به روی کار آمدن تکنولوژی و راحتی زندگی بشری انجامیده است، سلامت روحانی و به دنبال آن جسمانی افراد تحت الشعاع ابعاد مختلف این تکنولوژی قرار گرفته و آسیب‌های زیادی در جوامع امروزی به همراه داشته است. آنچه در این میان بیشتر نمود یافته، بیماری‌های روحی و روانی است که در قالب اصطلاحاتی همچون عوارض سایکوتیک و آسیب‌هایی همچون

افسردگی، اضطراب، هیجان های کاذب، وسواس های فکری و درگیری های ذهنی بروز کرده و گریبان گیر جمع زیادی از جوامع است. این درحالی است که بسیاری از دستاوردهای امروزی بشر در عرصه های مختلف تحقیقاتی در ابعاد علمی و پزشکی تنها بخش کوچکی از اشارت های قرآنی است که خداوند متعال برای بشر نازل فرموده است و به دلیل کم توجهی به این مضامین عمیق از دید انسان پنهان مانده و امروزه پس از تحقیقات بسیار و صرف هزینه های هنگفت در پیشرفته ترین و مدرن ترین آزمایشگاه ها به بخش کوچکی از آن نائل می آیند. (حجتی، ۱۳۸۸).

قرآن و بهداشت روان انسان

«قد جانتکم موعظه من ربکم و شفاء لما فی الصدور» (یونس، ۵۷/۱۰)؛ به تحقیق از سوی پروردگارتان اندرز و شفا دهنده دل ها نازل شد.

اگرچه از نزول این کتاب هدایت و انسان ساز و داروی آرام بخش آسمانی، بیش از هزار و چهارصد سال می گذرد اما آدمی همچنان به ابعاد گسترده و اعجاز تأثیرگذاری آن در مسائل مختلف پی نبرده و هر از گاهی به کشفیاتی در یکی از عرصه های علمی و ... به وسیله قرآن دست می یابد. شاید بتوان گفت پی بردن به خاصیت آرام بخشی و درمان گری در زمینه های گوناگون، یکی از مهمترین کشف های کسانی است که شاید حتی به این کتاب آسمانی باور دینی نداشته باشند. تأثیر شگرف این نعمت الهی در درمان دردها تا جایی است که برخی از کشورها و مجامع دنیا برای درمان بیماری های روحی و جسمی بیماران به دعا و قرآن روی آورده اند. تأثیر مذهب در درمان بیماری های روحی امروزه ثابت شده است که دین و باورهای مذهبی به زندگی انسان ها معنا می دهد و این موجب آرامش بخشی بسیاری از حوادث و رویدادها در جهان هستی است، که از این طریق به انسان آرامش روانی دست می دهد. زندگی بدون اعتقاد به مذهب و باورهای قلبی و ایمانی در بعد مادی خلاصه شده و در هر فراز و نشیبی به شدت تحت تأثیر قرار می گیرد و بر روح و روان انسان فشار و درد سنگینی وارد می کند که در برخی موارد به خودکشی منجر می شود. انسان عصر ماشین و صنعت بیش از انسان قرون گذشته به مذهب نیازمند است، زیرا صنعت و تکنولوژی اگرچه در رفع نیاز مادی او مؤثر باشد، اما چه چیز باید جنبه های روحی و روانی او را تأمین کند و او را به فردای مطمئن و آینده ای ابدی امیدوار کند؟

اعتقادات مذهبی در پیش گیری اختلالات روحی و روانی نقش بسیار مهمی دارد. بنیامین راش، روانشناس مشهور می نویسد: مذهب آن قدر برای پرورش سلامت روح اهمیت دارد که هوا برای تنفس مذهب به انسان کمک می کند تا معنای حوادث زندگی، مخصوصاً حوادث دردناک و اضراب انگیز را بفهمد. دین به مؤمنان و معتقدان خود می آموزد که چگونه با مجموعه عظیم جهان که پیش از فرد شکل گرفته و قوانین را بر او تحمیل می کند، سازگاری یابد. این سازگاری دلگرمی و خرسندی مطبوعی را در دوران و روحیه فرد ایجاد می کند. (جهانی هاشمی، ۱۳۸۸).

انسان همواره با دو گونه بیماری مواجه است. یکی بیماری جسمی و دیگری بیماری روحی و اخلاقی. در این میان خطر بیماری های روحی و اخلاقی بیش از جسمی است؛ چرا که:

- ۱- بیماری های روحی دائمی است؛ بیماری دست و پا یا چشم و گوش معمولاً پس از گذشت مدتی بهبود می یابد ولی مرض حسادت، بخل؛ لجاجتی، عقده و کینه دیگران در دل داشتن، یک عمر همراه آدمی است.
- ۲- این گونه بیماری ها مخفی اند؛ از این رو شناخت و تشخیص آن به مراتب بسی سخت تر از بیماری جسمی است؛ چرا که امراض جسمی با انجام معاینه، آزمایش و بروز درد و علائم دیگر در جسم، قابل تشخیص است.
- ۳- این ها خود بیماری های مادر و سرچشمه آلودگی های دیگرند؛ مثلاً کسی که کینه ای است همین خود یک مرض است و این کینه او را و او می دارد تا دست به انواع خلاف بزند؛ چون کینه کسی را دارد به او فحش می دهد؛ غیبت او را می کند، آبرویش را می ریزد، رسوایش می کند، علیه او توطئه می کند، مالش را می دزدد و
- ۴- این گونه بیماران انگیزه ای برای درمان خود ندارند اما همین افراد وقتی به مرض جسمی مبتلا می شوند به سرعت خود را به پزشک می رسانند. براین اساس است که روزانه میلیون ها نفر در این کره خاکی برای درمان بیماری به خود به پزشک

مراجعه می کنند اما در این میان تعداد انگشت شماری را می توان یافت که برای درمان کینه یا بخل خود به طبیب مراجعه کرده باشند!

۵- درمانش سخت است؛ سردرد را می توان با یک قرص و آمپول تسکین داد اما حسادت را نمی توان به راحتی درمان نمود.
۶- دارویش نایاب است.

با این وجود این دو بیماری شباهت بسیاری نسبت به یکدیگر دارند. هر دو کشنده اند، هر دو نیازمند طبیب، درمان و پرهیزند و هر دو گاهی سبب سرایت به دیگران می شود، بخل، جهل، کبر و غرور، حسد، نفاق، ترس، عشق به دنیا، وابستگی به مادیات و فرو رفتن در شهوات، از جمله بیماری های روحی و اخلاقی اند.

امیر مؤمنان (ع) درباره شفابخشی قرآن می فرماید:

از قرآن برای بیماریهای خود شفا طلبید و به آن حل مشکلات خویش استعانت جوید؛ چه اینکه در قرآن شفای بزرگترین دردهاست که آن درد کفر، نفاق، گمراهی و ضلالت است.

هرچند مفهوم سلامت روح و به تعبیر قرآنی آن قلب سلیم (شعرا، ۸۹) مفهومی ارزشی است ولی سلامت اجتماعی به معنای روان شناختی آن پیش شرط و مقدمه تحقق قلب سلیم است. در قرآن کریم مفاهیم سه گانه، سکینه، حیات طیبه و قلب سلیم به نوعی آرامش و سلامت روحی انسان ها اشاره دارد. سکینه از ماده سکون به معنای آرام بودن دل و فقدان هرگونه اضطراب است. این واژه شش بار در قرآن ذکر شده است. از مجموع آیاتی که این واژه در آنها آمده است، می توان استفاده کرد که آرامش روانی و یا سکون و ثبات قلبی موهبتی است الهی که بر اثر ایمان به خداوند متعال و عمل صالح حاصل می شود. (فتح، آیه ۴)

قلب سلیم نزدیک ترین مفهوم به سلامت اجتماعی است چون غالباً ماده قلب در فرهنگ دینی به معنای روح، روان و عقل به کار برده شده است و قلب سلیم یعنی قلبی (یا روح و روانی) که از هرگونه بیماری و انحراف اسلامی و اعتقادی و رفتاری به دور باشد (شعراء، آیه ۸۹ و صفات، آیه ۸۴)

بنابراین با وجود ارزش مدار بودن مفهوم سلامت روح و روان در اسلام و تفاوت آن با مفهوم بهداشت روانی موجود در ادبیات روان شناسی معاصر، ولی از آنجا که سلامت اجتماعی مقدمه لازم و ضروری تأمین سلامت روح و نفس متعالی انسانی است، بهداشت روان نیز مورد توجه و تأکید خاص اسلام قرار گرفته است و برای تأمین آن در سطح فرد و جامعه توصیه ها و دستورات فراوانی از سوی معصومین (ع) ارائه شده است. بدیهی است که یکی از مهمترین راه های تأمین سلامت اجتماعی انسان ها در جامعه گسترش عدالت اجتماعی می باشد. (جهانی هاشمی، ۱۳۸۷).

تأثیر آموزه های قرآنی بر سلامت اجتماعی افراد

انسان در دنیای تضادها، گرفتار مشکلات فردی و جمعی و یا روانی و جسمانی بسیار است. کسی را نمی توان یافت که از مشکلات و معضلات سخن نگوید و یا از آن ننالد. از این رو، شناخت و یافتن راهکارهایی برای برون رفت از این مشکلات، دغدغه هر انسانی است. حتی کسانی که از راهکارهای موفقیت، سخن می گویند و طرح ها و پیشنهادهایی را در این زمینه ارائه می دهند، درحقیقت به نوعی سخن از راه های برون رفت از مشکلات و دشواری هایی می کنند که مانع عمده در سر راه تحقق آرمانی است که از آن به عنوان موفقیت یاد می کنند.

برخی در اوج مشکلات به جهت سستی بنیادهای بیشینی و گرایشی دست به خودکشی می زنند. در حقیقت به جای حل و فصل مشکلات می کوشند تا با پاک کردن صورت مساله یعنی خویشتن خویش، از رنج مشکلات و گرفتاری ها برهند. این اوج نومیدی و یاس است که خداوند از آن به قنوط تعبیر می کند و در قرآن می فرماید: «إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ فَيَؤِي قَنُوطًا» (فصلت، ۴۹/۴۱)؛ هنگامی که به آنان شر و بدی می رسد (و گرفتار مشکلات و ناملایمات زندگی می گردند پس مایوس و نومید می گردند). درجایی دیگر این افراد و اشخاص را انسان هایی گمراه می شمارد که حق و راه درست را نشناخته و بدان سو نمی ورنند: «وَمَنْ يَفْقَهُ مِنْ رَحْمَةِ رَبِّهِ إِلَّا الضَّالُّونَ (حجر، ۵۶/۱۵)»؛ و جز گمراهان کسی از رحمت پروردگارش مایوس و نومید نمی شود.

نومیدی و بریدن از حق و رحمت واسع و گسترده او به عنوان گناهی کبیره و بزرگ شمرده شده است که هر مومنی به خدا و رستاخیز می بایست از آن پرهیز کند، (زمر: ۳۹) و از این که دچار گرفتارهایی و مشکلات و بدی‌ها می شود نمی بایست از خدا و رحمت او نومید شود. (روم، ۳۶)

برخی از محققان و متخصصان علوم پزشکی، پژوهش‌های متعددی در این مورد انجام داده اند و تأثیرات آموزه‌ها (دستورات و توصیه‌ها) و آیات قرآن را در بهداشت روانی انسان بررسی کرده اند. در این تحقیقات تجربی نتایج مثبت و چشمگیری در مورد برخی مفاهیم و دستورات قرآن بدست آمده است که در اینجا بصورت فهرست وار به برخی از آن‌ها اشاره می کنیم.

۱- وحدت شخصیت انسان و رابطه آن با توحید قرآن

اساس و مبنای مذهب اسلام بر وحدت و توحید می باشد. وحدت شخصیت و یگانگی روان انسان، مظهر و نماینده بارز توحید ذات مقدس خالق است.

۲- دمیدن روح امید و ممنوعیت یأس و ناامیدی در قرآن و تاثیر آن در کاهش افسردگی

در قرآن کریم می‌خوانیم: «ئ لا تئسوا من روح الله لا یئس من روح الله إلا القوم الکافرون» (یوسف، ۸۷/۱۲)؛ و از رحمت بی-منت‌های خدا نومید می‌باشید که هرگز هیچ کس از رحمت خدا نومید نیست مگر کافران.

در اسلام ناامیدی از خدا یک گناه کبیره به حساب می آید. همین مطلب موجب می شود که مؤمنان همیشه شاداب و امیدوار باشند و به دامن افسردگی و یأس نیفتند.

۳- دعوت قرآن به صبر و تاثیر آن در کاهش فشارهای روانی (بقره: ۱۵۳؛ آل عمران: ۲۰۰)

۴- دعوت قرآن به توکل بر خدا (احزاب: ۳؛ آل عمران: ۱۵۹) و تاثیر آن در حل مشکلات و آرامش روانی

۵- تاثیر یاد خدا در آرامش دل (رعد: ۲۸) و رفع اضطراب و نگرانی

۶- ممنوعیت خودکشی در دین (نساء: ۲۹) و تاثیر آن بر پایین آمدن آمار خودکشی در جوامع مذهبی

۷- تاکید بر محبت به پدر و مادر و تاثیر آن در سلامت روانی افراد خانواده (سوره اسراء، آیه ۲۴، سوره بقره، آیه ۸۳)

یقیناً داشتن آرامش در زندگی نخستین چشمه خوشبختی است. این مسلم است که تمام تلاش انسان در زندگی برای رسیدن به سعادت و خوشبختی است و تمام ترس انسان در زندگی، از مواجه شدن با بدبختی و محرومیت است و آدمی در این راه هر تلاشی می کند و به هر چیزی چنگ می زند. هر سببی و هر چیزی که در دنیا وجود دارد از جهتی مفید و کارساز است و از جهتی دیگر از بین رفتنی است. مانند مال، فرزند، همسر و ... در واقع به هیچ یک از این اسباب نمی توان دل بست و آرام گرفت.

اما کسی که خدا را بشناسد و باور کند که تمام خیر و خوبی به دست اوست و او سرپرستی بندگان مومنش را به عهده گرفته و آن‌ها را به سعادت می رسانند، دیگر غم و غصه ای ندارد و دل و جان در آرامش کامل به سر می برد و همه افکار و اهداف و اندیشه‌ها را تحت لوای یک هدف گرد آورده است و فقط به خاطر آن تلاش می کند و به سوی آن می شتابد و آن عبارت است از خشنودی خدای متعال. دیگر کاری به این ندارد که مردم از او خشنود باشند یا بر او خشم گیرند و لذا هیچ وقت سردرگم نیست و همیشه در یک آرامش روحی به سر می برد ولی برخلاف آن انسان بی‌ایمان در دنیا با اندیشه و افکار موهوم و با نگرانی‌های فراوان دست به گریبان است و لذا دائماً در درون خود دچار بیکاری بزرگ است و همیشه هم در انتخاب مسیر زندگی و در تصمیم‌گیری‌هایش دچار بیکاری بزرگ است و همیشه هم در انتخاب مسیر زندگی و در تصمیم‌گیری‌هایش دچار سردرگمی است.

فقط با یاد خدا دل‌ها آرامش می یابد و ذکر شامل همه انحاء ذکر می شود، اعم از لفظی یا غیر آن همان‌گونه که گفته می‌شد علت آن است که آدمی در زندگی خود هدفی جز رسیدن به سعادت و آرامش ندارد و بیم او در زندگی از برخورد با ناملایمات و سلب نعمات است و تنها سببی که نعمت و سلب آن به دست همانا خدای سبحان است که بازگشت همه امور به سوی اوست، پس یاد او برای هر نفسی مایه انبساط خاطر و آرامش است و نفس به چیزی جز یاد او

آرام نمی گیرد جز آن که از حقیقت حال خود غافل شده و در اثر از دست دادن بصیرت و رشد، دیگر از ذکر حق گریزان باشد که چنین نفسی از نعمت طمأنینه و سکون محروم خواهد بود، چون یاد خدا تنها مایه آرامش دل هاست. (حریری، ۱۳۸۱).

ذکری که بدون زحمت ما را به آرامش می رساند.

انسان سخت در معرض غفلت است. غفلت از خدا، پاکی و فضیلات. باید دائم یک نظم معنوی، مراقب رفتار او باشد تا از راه خدا و پاکی منحرف نشود. اما چون این کار همیشه ممکن نیست، او را در شبانه روز، پنج یا لاقل سه نوبت خدا را فرا می خوانند. هر یک از ما انسان ها در زندگی روزانه خود سرگرم کار و هدف خویش هستیم و این سرگرمی به کار و تلاش، برای بشر امری طبیعی و ضروری است، به جسم و جان ما نشان می دهد، راه های جدید زندگی را به رویمان می گشاید و ما را در راه علم، هنر، صنعت و ایجاد وسایل گوناگون بهتر زیستن به جلو می راند؛ ولی در عین حال انسان را چنان در خود و آرزوهایش فرو می برد که گاه برای رسیدن به آرزوها، از خود و شخصیت واقعی و انسان خود بیگانه اش می کند. تا جایی که چه بسا به جای خدا، او را در مقابل دیگر انسان ها به کرنش و تعظیم و می دارد؛ یا برای رسیدن به آرزوها جسم و جانش را می آلاید. کم تر کسی است که هنگام کار روزانه؛ دستش، صورتش، لباسش و گاهی همه پیکرش به نظارت مجدد نیازمند نشود. دانش آموز، دانشجو، کشاورز، مهندس و ... همه باید روزی یک یا چند بار لباس و تن خود را شست و شو دهند تا پاکیزه بمانند.

روح ما نیز در میدان زندگی روزانه خود به همین اندازه یا حتی بیشتر در معرض آلودگی است، آلودگی به هوس های شیطانی و لجام گسیخته، خودخواهی ها، چشم و هم چشمی ها، غرور ناشی از پیروزی و کامیابی، یا عقده روانی ناشی از شکست و ناکامی؛ و به دنبال آن حسد، کینه و انتقام و صدها آلودگی دیگر. این آلودگی ها روح را تیره می کنند و ما را از راه درست زندگی، راه پاکی و فضیلت و تقوا منحرف می سازد و به راه فساد می کشاند، از یاد خدا غافل می کند و به دام شیطان و وسوسه های شیطانی می افکند. باید همان طور که لباس و تن خود را می شوئیم و پاکیزه می کنیم، دل و جان خود را هم شست و شو دهیم و پاکیزه کنیم؛ خود را به خدا؛ سرچشمه پاکی و کمال، نزدیک سازیم؛ لحظاتی را به یاد او، به نیایش او و راز و نیاز با او بگذرانیم و روح آلوده را در چشمه صاف و زلال عبادت الهی شست و شو دهیم. این است نمازی که مسلمان روزی چندبار می خواند. (شریف، ۱۳۸۶).

نتیجه گیری

بسیاری از دستاوردهای امروزی بشر در عرصه های مختلف تحقیقاتی در ابعاد علمی و پزشکی تنها بخش کوچکی از اشارت های قرآنی است که خداوند متعال برای بشر نازل فرموده است و به دلیل کم توجهی به این مضامین عمیق از دید انسان پنهان مانده و امروزه پس از تحقیقات بسیار و صرف هزینه های هنگفت در پیشرفته ترین و مدرن ترین آزمایشگاه ها به بخش کوچکی از آن نائل می آیند. تحصیل این دستاوردها و بررسی تطابق آن با مضامین آیات الهی برخی از کارشناسان و متخصصان را بر آن داشت تا به ارتباط و انطباق دستاوردهای بشری با این آیات بپردازند که در اغلب موارد این بررسی به اعتراف آن ها نسبت به ارتباط مستقیم سلامت روحی و روانی بشر با بازگشت به مذهب منجر شده است.

منابع:

- ۱- قران کریم
- ۲- حجتی ح، آلوستانی س، آخون دزاده گ، حیدری ب، شریف نیا ح، ۱۳۸۸. بررسی سلامت روانی و ارتباط آن با کیفیت زندگی در معتادین، مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد (ویژه نامه همایش رفتارهای پرخطر)، سال هجدهم، شماره ۲۰۷-۳.
- ۳- حریری. آ، ۱۳۸۱. مقایسه میزان رضایت شغلی کتابداران شاغل در کتابخانه های مرکزی واحدهای دانشگاه آزاد اسلامی و دانشگاه های تابعه وزارت علوم و تحقیقات و فناوری واقع در مراکز استان های کشور، پایان نامه دکترای کتابداری و اطلاع رسانی، دانشکده علوم انسانی و اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات.

- ۴- شریف ف، وداد ف، ۱۳۸۶. ارتباط میان وضعیت سلامت روان و کیفیت زندگی، در بیماران تحت درمان با همودیالیز، فصلنامه پرستاری ایران، سال بیستم، شماره ۵۱، پاییز ۱۳۸۶
- ۵- جهانی‌هاشمی ح، رحیم‌زاده س، قافله باشی ح، ساریچلو ا، ۱۳۸۷. بررسی سلامت روانی دانشجویان سال اول و آخر دانشگاه علوم پزشکی قزوین ۱۳۸۴. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی قزوین، سال دوازدهم، شماره ۲،