



Journal of Islamic Propagation

Volume 6 ● No 14 ● Autumn & Winter 2026

Faith and Health

Farajollah Mirarab* & Mohammad Tahmasebi**

Abstract

Health, security, and overall well-being are fundamental concerns that, when unmet, can lead to various physical and psychological illnesses. In contrast, true faith in God serves as a means to alleviate all worries. Therefore, examining the relationship between belief in God and core religious principles with physical and mental health is a crucial issue, the understanding of which can transform the lives of many who are unaware of spirituality's influence. The best sources for exploring the connection between faith and health are the Qur'an and the traditions of the Ahl al-Bayt (peace be upon them). Faith and belief in God—manifested as a heartfelt covenant expressed through speech and practiced through actions—shapes human life in a way that ensures comprehensive security across both physical and spiritual dimensions. This occurs because belief in the One God provides the believer with a protective sanctuary against any harmful or punishing forces. This study, conducted through a descriptive-analytical method based on library sources, aims to clarify the relationship between faith and health, encompassing both physical and mental well-being. The findings highlight the essential role of faith in achieving true health.

Key words

Faith; Health; Qur'an; Hadith.

* Associate Professor, Islamic Sciences and Culture Academy, Qom, Iran. (Corresponding Author).

** Master's Student in Jurisprudence and Law, Allameh Tabataba'i University.



دو فصلنامه علمی - تخصصی
سال ششم، شماره چهاردهم، پاییز و زمستان ۱۴۰۴

ایمان و سلامت

فرج الله میرعرب*

محمد طهماسبی**

چکیده

سلامت، امنیت و امان همه جانبه از انواع نگرانی هایی هستند که عامل بیماری های جسمی و روانی متعددی می شوند. در مقابل، ایمان واقعی به خدا عامل رفع همه نگرانی هاست؛ به همین دلیل بررسی رابطه ایمان به خدا و اصول اعتقادی با سلامت جسمی و روانی یکی از اساسی ترین مسائلی است که فهمش می تواند مسیر زندگی بسیاری از انسان های غافل از تأثیر معنویت در زندگی را تغییر دهد. بهترین منبع برای تبیین رابطه ایمان و سلامت، قرآن و احادیث اهل بیت علیهم السلام است. ایمان و اعتقاد به خدایی که با پیمان قلبی، زبان، عمل و جوارح تعریف شده است، زندگی انسان را به گونه ای می سازد که امنیتی همه جانبه سراسر حیات انسانی اعم از جسمی و روحی را فرامی گیرد؛ چراکه ایمان به خدای واحد، سبب ورود مؤمن به دژی اطمینان بخش از هجمه هر نوع آفت آزاردهنده و عذاب آور است. این پژوهش به روش توصیفی - تحلیلی و بر اساس منابع کتابخانه ای، با هدف تبیین رابطه ایمان و سلامت اعم از جسمی و روحی سامان یافته است. نتیجه پژوهش، تفهیم نیاز انسان به ایمان برای سلامت واقعی است.

کلیدواژگان: ایمان، سلامت، قرآن، احادیث.

* دانشیار پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی (نویسنده مسئول).

** دانشجوی ارشد فقه و حقوق دانشگاه علامه طباطبایی.

مقدمه

ایمان همان حقیقتی است که سبب ولایت خدا بر انسان و خروج او از تاریکی‌ها به وادی نور می‌شود: «اللَّهُ وَلِيُّ الَّذِينَ آمَنُوا يُخْرِجُهُم مِّنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ» (بقره: ۲۵۷). به روشنی مشخص است که انسان برای سالم ماندن از آفت‌ها و عبور از مسیرهای مهلک جهان، نیازمند نور است. سلامت اعم از جسمی و روحی - روانی نیاز و خواسته هر انسان عاقل است؛ به همین دلیل شناخت عوامل اساسی سلامت، مطلوب انسان است. مطالعه قرآن و احادیث نشان می‌دهد ایمان به خدا و آنچه مطلوب خداست، عاملی اساسی در سلامت انسان است؛ پس بررسی نقش ایمان به خدا و تأثیر فردی و اجتماعی آن در سلامت مسئله‌ای بسیار مهم است. شهید مطهری می‌نویسد: «مطالعات و تجربیات نشان می‌دهد که انسان بدون داشتن ایمان به خدا نمی‌تواند زندگی سالم داشته باشد و یا کاری مفید و ثمربخش برای بشریت و تمدن بشری انجام دهد. انسان فاقد ایمان به خدا یا به صورت موجودی غرق در شهوات و خودخواهی درمی‌آید که هیچ‌وقت از لاک منافع فردی خارج نمی‌شود و یا به صورت موجودی مردد و سرگردان که تکلیف خویش را در زندگی و در مسائل اخلاقی و اجتماعی نمی‌داند» (مطهری، ۱۳۶۹ ش، ص ۳۳).

بنابراین بهترین راه برای رهایی از بیماری سرگردانی‌ها و بحران‌های روانی که نداشتن ایمان به خدا سبب آن می‌شود، دیدن خدا در همه رخدادهای جهان و ایمان به یگانگی او در تحولات جهان هستی است. بر اساس تحقیقات انسان‌شناختی به روش روان‌شناسانه الهی، اگر نگاه انسان به عالم هستی، توحیدی باشد و درک او از جهان بر این قرار گیرد که عالم بر اساس مشیتهی حکیمانه پدید آمده است و خدای یگانه نظام هستی را بر اساس خیر، جود و رحمت و رسانیدن موجودات به کمال شایسته می‌گرداند، همو که بر هر کاری تواناست و به بنده‌اش فرموده است با من رابطه داشته باش و از من هرچه نیاز داری بخواه که من به درخواست‌های تو جواب می‌دهم (بقره: ۱۸۶)، به یقین حال‌وهوای زندگی انسان مثبت، شاداب و دور از پریشانی خواهد شد. حضرت ابراهیم علیه السلام که ایمان واقعی به خدای یکتا دارد و توکلش به اوست، بدون هیچ نگرانی و در شرایط فشار و تهدید مخالفان مشرک به آنان می‌گوید: «چگونه من از بت‌های شما بترسم؟! درحالی‌که شما از این نمی‌ترسید که برای خدا همتایی قرار داده‌اید که هیچ‌گونه دلیلی درباره آن

بر شما نازل نکرده است. [راست بگویند] کدامیک از این دو دسته [بت پرستان و خداپرستان]، شایسته‌تر به ایمنی [از مجازات] هستند اگر می‌دانید؟! [آری]، آنها که ایمان آوردند و ایمان خود را با شرک و ستم نیالودند، ایمنی و آرامش کامل تنها از آن آنهاست؛ و آنها هدایت‌یافتگان‌اند» (انعام: ۸۱ - ۸۲).

در همین سیر، سلامت که مهم‌ترین نیاز انسان و عامل توانمندی بر دستیابی به خواسته‌ها و اهداف زندگی بشری و لذت‌بردن از آن است، هم تأمین‌پذیر می‌شود و هم در چالش‌ها می‌توان از آن مراقبت کرد.

۱. مفهوم‌شناسی

۱-۱. معنانشناسی ایمان

ایمان چیست که وقتی اعراب بادیه‌نشین و منافق ادعا می‌کنند: «قَالَتِ الْأَعْرَابُ آمَنَّا: عرب‌های بادیه‌نشین گفتند: ایمان آورده‌ایم»، خدای متعال ادعای آنان را باطل می‌داند و می‌فرماید: «قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَ لَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا وَ لَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ: بگو شما ایمان نیاورده‌اید، ولی بگویند اسلام آورده‌ایم، هنوز ایمان وارد قلب شما نشده است» (حجرات: ۱۴).

«ایمان» در واژه‌شناسی قرآنی از واژه آمَنَ به معنای آرامش خاطر و زوال دلهره است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۲۵). زنده‌یاد مصطفوی در جمع‌بندی معنای لغوی، ایمان را «سکون و آرامش قلب» می‌داند (مصطفوی، ۱۳۶۰ش، ج ۱، ص ۱۴۹). ایمان در اصطلاح به معنای تصدیق قلبی و اعتقاد در دل و اقرار به زبان و عمل به ارکان (اعضا و جوارح) است (ایجی، ۱۴۱۷ق، ج ۳، ص ۵۲۸). این تعریف برگرفته از کلام امام رضا علیه السلام است که فرمود: «ایمان پیمانی است که در دل بسته می‌شود و در زبان تلفظ می‌گردد و با جوارح در معرض عمل قرار می‌گیرد و بدون این سه رکن، تحقق پیدا نمی‌کند» (صدوق، ۱۳۶۲ش، ص ۱۷۸).

پس ایمان، امری قلبی است. از امام باقر علیه السلام نقل شده است: «الْإِيمَانُ مَا اسْتَقَرَّ فِي الْقَلْبِ وَ أَفْضَى بِهِ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ: ایمان آن حقیقتی است که در دل جا کند و استقرار یابد و بنده را به سوی خدا بکشاند و به او برساند» (کلینی، ۱۳۶۲ش، ج ۲، ص ۲۶). امام صادق علیه السلام نیز بر این حقیقت تأکید دارند: «إِنَّ الْإِيمَانَ مَا وَقَرَ فِي الْقُلُوبِ: ایمان آن است که محل استقرار و

سکونتگاهش، دل‌هاست» (کلینی، ۱۳۶۲ ش، ج ۲، ص ۲۶). بر این اساس، ایمان با عقد و پیمان و پیوند قلبی که میان مؤمن و متعلق ایمان یعنی خدا برقرار می‌شود، انسان را به امنیت و آرامش خاطر می‌رساند. متعلق ایمان مورد نظر ما وجود قدرتمند و تکیه‌گاهی مستحکم است که دلبسته و وابسته خود را از نگرانی، دلهره، اضطراب و تزلزل حفظ می‌کند؛ آیت‌الله سبحانی بر همین اساس، خدا و ساختار هستی مطلوب او را متعلق ایمان می‌داند و در تعریف ایمان می‌نویسد: «ایمان عبارت است از اعتقاد به خداوند، جهان آخرت، نبوت و رسالت پیامبر خاتم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ. این سه تشکیل‌دهنده ارکان ایمان‌اند و سایر عقاید به گونه‌ای به آنها باز می‌گردد» (سبحانی، ۱۳۸۰ ش، ص ۱۷).

آیت‌الله جوادی آملی در بیان راز اطلاق ایمان بر عقیده می‌نویسد: «سرّش آن است که مؤمن اعتقاد خود را از ریب، اضطراب و شک که آفت اعتقاد است، می‌رهاند و آن را ایمن می‌کند؛ از این رو رسوخ و استقرار عقیده در قلب را "ایمان" می‌گویند و برای رسیدن به آن، علم به تنهایی کافی نیست» (جوادی آملی، ۱۳۸۹ ش، ج ۲، ص ۱۵۶ - ۱۵۷).

اعتقاد علمی باید با جان و قلب انسان معتقد و عالم عجین شود و در اوصاف نفسانی و اعمال بدنی او جلوه کند تا اطلاق ایمان بر آن درست باشد؛ بر این اساس اطلاق مؤمن بر کسی که عقیده حق را تنها بر زبان می‌راند، درست نیست: «يَا أَيُّهَا الرَّسُولُ لَا يَحْزُنْكَ الَّذِينَ يُسَارِعُونَ فِي الْكُفْرِ مِنَ الَّذِينَ قَالُوا آمَنَّا بِأَفْوَاهِهِمْ وَلَمْ تُؤْمِنْ قُلُوبُهُمْ وَمِنَ الَّذِينَ هَادُوا سَمَاعُونَ لِلْكَذِبِ سَمَاعُونَ لِقَوْمٍ آخِرِينَ لَمْ يَأْتُوكَ يَحْرَفُونَ الْكَلِمَ مِنْ بَعْدِ مَوَاضِعِهِ يَقُولُونَ إِنْ أُوتِيتُمْ هَذَا فَخَذُّوهُ وَإِنْ لَمْ تُؤْتُوهُ فَاخْذُرُوا وَمَنْ يَرِدِ اللَّهُ فِتْنَتَهُ فَلَنْ تَمْلِكَ لَهُ مِنَ اللَّهِ شَيْئًا أُولَئِكَ الَّذِينَ لَمْ يَرِدِ اللَّهُ أَنْ يَطَهِّرَ قُلُوبَهُمْ لَهُمْ فِي الدُّنْيَا خِزْيٌ وَلَهُمْ فِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ عَظِيمٌ» (مائده: ۴۱). بنابراین عقد علمی که قضیه ذهنی و معقول است تا با جان عالم عقد و گره دیگر نیابد، ایمان نیست؛ پس ایمان به معنای عقد قلبی با خدا و آنچه او می‌خواهد است. سخن قرآن درباره مؤمن آن است که او همواره خود را زیر چتر خدا و در سایه حمایت او می‌بیند؛ زیرا جز خدا، ولی و حامی دیگری نمی‌شناسد و تنها خدا را سرپرست خود می‌داند. مؤمن خود را در هر کار و هر حالتی نیازمند به خدا می‌بیند و او را قادر بر حفظ سلامت جسمی و روحی خود می‌داند و می‌بیند؛ به همین دلیل قلب او سالم می‌ماند و دور از اضطراب و نگرانی است. بر همین اساس حضرت یعقوب در

پاسخ پسرانش که درخواست همراه بردن بنامین - برادر توی یوسف علیه السلام - را داشتند، به آنان گفت: «قَالَ هَلْ أَمْنُكُمْ عَلَيْهِ إِلَّا كَمَا أَمْنُتُكُمْ عَلَىٰ أَخِيهِ مِنْ قَبْلُ فَأَلَّهَ خَيْرٌ حَافِظًا وَهُوَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ: گفت: آیا در مورد [سلامت و بازگشت] او به شما اطمینان کنم، همان گونه که نسبت به برادرش [یوسف] اطمینان کردم [و دیدید چه شد]؟! ولی [به هر حال به خدا می سپارمش؛ زیرا] خداوند بهترین حافظ و مهربان ترین مهربانان است». این ایمان، سلامت یوسف و بنامین را از نظر جسمی و روانی تضمین کرد.

۲-۱. معناشناسی سلامت

واژه سلامت به معنای اعم آن، دوری از هر آفت ظاهری و باطنی است (راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ق، ص ۴۲۱). صاحب کتاب التحقيق فی کلمات القرآن الکریم، پس از بررسی نظرات واژه شناسان بزرگی همچون خلیل بن احمد، زهری، ابن فارس، ابن درید، فیومی و راغب، می گوید: «اگر این کلمه به صورت لازم استفاده شود، مفهوم آن حصول وفاق، هماهنگی و رفع خصومت در خود متعلق سلامت است، چه نسبت به خود آن پدیده ملاحظه شود و چه نسبت به غیر آن و هنگامی که با نگاه به خود سلامت ملاحظه شود، به معنای اعتدال و نظم و محفوظ بودن از نقص و عیب و درد و آفت است و به جهت نبودن تضاد و تخالف بین اجزا و اعضای آن و حاصل بودن توافق و هماهنگی کامل و نظم و اعتدال در آن به معنای سلامت و صحت در خود پدیده و اجزای آن است» (مصطفوی، ۱۳۶۰ش، ج ۵، ص ۱۸۸).

بر اساس آنچه از بررسی معانی واژه سلامت به دست می آید، نشانه های همه انواع سلامت اعم از جسمی، روانی، اجتماعی و ... عبارت اند از: موافقت بین اجزای موضوع سلامت، رفع خصومت و عدم تضاد بین اجزا، اعتدال، نظم، تسلیم، صحت و عاری بودن از عیب. پس هر عاملی که یکی از این علامت ها را داشته باشد، عامل سلامت به شمار می آید و ضد آن عامل بیماری و نبود سلامت خواهد بود. در قرآن کریم برای سلامت ویژگی هایی ذکر شده است که بررسی آنها به فهم جامع تری از مفهوم سلامت در قرآن کمک می کند که در متن پژوهش خواهد آمد. سلامت حقیقی و مطلق فقط در آخرت تحقق یافته است. سلامت در دنیا، مطلق و خالص نیست و همراه درد و رنج است. از منظر قرآن، بهشت ظرف تحقق سلامت حقیقی است؛ زیرا بقای بدون فنا، غنای بدون فقر، عزت بدون ذلت و صحت بدون مرض در آنجا رخ

خواهد داد و سلامت در غیر بهشت امری نسبی است؛ چنان‌که خداوند سبحان دار سلامت را عنوان بهشت قرار داده است: «لَهُمْ دَارُ السَّلَامِ عِنْدَ رَبِّهِمْ...» (انعام: ۱۲۷) و «وَاللَّهُ يَدْعُوا إِلَى دَارِ السَّلَامِ...» خداوند به سرای سلامت فرامی‌خواند» (یونس: ۲۵).

۲. اهمیت سلامت

سلامتی اساس زندگی انسان است؛ تا آن‌جاکه به فرمایش رسول خدا ﷺ، هیچ خیر و خوبی در زندگی بدون آن متصور نیست: «بِأَعْلَىٰ لَا خَيْرَ... فِي الْحَيَاةِ إِلَّا مَعَ الصَّحَّةِ...» (صدوق، ۱۴۰۴، ج ۴، ص ۳۷۰). سلامتی یکی از دو معنای خیر (در امتحان الهی) «نَبَلُوكُمْ بِالْخَيْرِ وَالشَّرِّ» (انبیاء: ۳۵) و یکی از دو نعمت خداست که ناشناخته و مورد ناسپاسی است: «الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ نِعْمَتَانِ مَكْفُورَتَانِ» (ابوالقاسم پاینده، ۱۳۸۲ ش، ص ۵۴۸) و سبب فریفتگی و غفلت بسیاری از آدمیان است: «خَلَّتَانِ كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ فِيهِمَا مَفْتُونُ الصَّحَّةِ وَالْفَرَاغِ» (کلینی، ۱۳۶۲ ش، ج ۸، ص ۱۵۲). سلامتی یکی از چهار یاری‌کننده انسان برای عمل است: «أَرْبَعُ خِصَالٍ تُعِينُ الْمَرْءَ عَلَى الْعَمَلِ: الصَّحَّةُ وَالْعَنَىٰ وَالْعِلْمُ وَالتَّوْفِيقُ» (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۷۵، ص ۷۹) و به فرمایش امام صادق علیه السلام یکی از پنج عامل گواراشدن زندگی است: «خَمْسٌ مَنْ لَمْ يَكُنْ فِيهِ لَمْ يَتَهَيَّأ الْعَيْشُ، الصَّحَّةُ...». امیرالمؤمنین علیه السلام حالات جسم و روح را شش حالت برمی‌شمرد که یک حالت برای هر دو، سلامت است: «إِنَّ لِلْجِسْمِ سِتَّةَ أَحْوَالٍ الصَّحَّةَ وَالْمَرَضَ وَالْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ وَالتَّوْمَ وَالْأَيْقَظَةَ وَكَذَلِكَ الرُّوحُ...» (صدوق، ۱۳۹۸ ق، ص ۳۰۰). همچنین یکی از هفت شرط جهاد، سلامت است (راوندی، ۱۴۰۵ ق، ص ۵۳۳). در حدیث رضوی علیه السلام نیز سلامت یکی از هشت حوزه و موضوع تحت برنامه قضا و قدر الهی است که بندگان نه‌تنها باید به آن راضی باشند، بلکه باید طبق فرمان عمل کنند تا سلب نعمت نشوند یا مورد غضب قرار نگیرند (مجلسی، ۱۴۰۳ ق، ج ۵، ص ۵۹). از نه شرط وجوب حج بر مسلمان نیز یکی صحت و سلامت جسمی و روانی، در حد توان انجام واجبات است (ابن‌حمزه طوسی، ۱۴۰۸ ق، ص ۵۵۱). از ده شرط وجوب نماز جمعه بر مسلمان نیز یکی سلامت است (راوندی، ۱۴۰۵ ق، ج ۱، ص ۱۳۳).

بنابراین درخواست صحت و درستی و قوت بدن به همراه سلامت در دین و اعتقادات از خداوند، جزء دعای مؤمنان عارف است؛ چنان‌که امام سجاد علیه السلام در دعای بلندمرتبه ابوحمزه ثمالی خطاب به خدای متعال عرضه می‌کند: «اللَّهُمَّ أَعْطِنِي السَّعَةَ فِي الرِّزْقِ... وَالصَّحَّةَ فِي

الجسم، و القوة في البدن، و السلامة في الدين: خداوندا، وسعت در روزی ... و سلامتی در جسم و قوت و توانایی در بدن و سلامت در دین را به من ارزانی فرما».

۳. ایمان حقیقی و سلامت حقیقی

سلامت در افراد مختلف به لحاظ جسمی یا روحی، درجات متفاوتی دارد. ایمان نیز در انسان‌ها درجاتی دارد که در نهایت همان «المؤمنون حقاً» است. اگر ایمان به بالاترین حد رسید، امنیت و آرامش روانی او به اوج می‌رسد که مستلزم سلامت همه‌جانبه است. خدای متعال در قرآن از دارندگان حقیقت ایمان سخن گفته است: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ * الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ * أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقًّا...: مؤمنان تنها کسانی هستند که هرگاه نام خدا برده شود، دل‌هایشان [از سر شوق] لرزان می‌شود؛ و هنگامی که آیات او بر آنها خوانده می‌شود، ایمانشان فزون‌تر می‌گردد؛ و تنها بر پروردگارشان توکل دارند * آنها که نماز را برپا می‌دارند و از آنچه به آنها روزی داده‌ایم، انفاق می‌کنند * مؤمنان حقیقی آنها هستند...» (انفال: ۲-۴).

مؤمن حقیقی یعنی کسی که امنیت حقیقی دارد و هیچ نوع دودلی و سرگردانی فکری ندارد؛ این وجود از آفت‌ها و مضرات در امان و وجودش سالم است؛ زیرا واکنش‌های او چنان است که خالق او می‌پسندد؛ از این رو اگر یاد خدا به میان آید، چنان محبتی به او دارد که قلبش لرزان می‌شود و آیات خدا را که می‌شنود، بر قدرت ایمانش افزوده می‌شود. تنها تکیه‌گاه او خداست و وکیلی غیر از او اختیار نمی‌کند و نماز و انفاق از روزی‌های الهی برنامه اوست. در سوره «حجرات» نیز می‌خوانیم: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ آمَنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ ثُمَّ لَمْ يَرْتَابُوا وَجَاهَدُوا بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَٰئِكَ هُمُ الصَّادِقُونَ: مؤمنان واقعی تنها کسانی هستند که به خدا و رسولش ایمان آورده‌اند، سپس هرگز شک و تردیدی به خود راه نداده و با اموال و جان‌های خود در راه خدا جهاد کرده‌اند؛ آنها راستگویان‌اند» (حجرات: ۱۵).

ایمان که وارد قلب شود، همه اعضا تحت مدیریت قلب قرار می‌گیرند و سلامت قلب سبب سلامت اعمال و رفتار انسان می‌شود. بعضی افراد مصداق «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا» (بقره: ۱۰) هستند و بعضی صاحب قلبی سالم که خداوند می‌فرماید: «إِذْ جَاءَ رَبُّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ» (صافات: ۸۴). قلب مریض برای منافق است و قلب سلیم در مؤمنی مانند حضرت ابراهیم علیه السلام قرار می‌گیرد.

۴. ایمان شرط شفا بخشی روحی و جسمی قرآن

خدای متعال قرآن را عامل شفا و رحمت معرفی کرده است؛ ولی شفا بودن را مقید به ایمان می‌کند و در مقابل، همین کتاب را سبب خسارت ظالم معرفی کرده است: «وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا». و ما آنچه را برای مؤمنان مایه درمان و رحمت است که همان قرآن باشد، نازل می‌کنیم؛ و [لی] ستمگران را جز زیان نمی‌افزاید» (اسرا: ۸۲). فیض کاشانی در تفسیر آیه می‌فرماید: «در معانی قرآن، شفای (بیماری) روح و در الفاظ آن شفای بدن‌ها (بیماری‌های جسمی) است» (فیض کاشانی، ۱۴۱۵ق، ج ۳، ص ۲۱).

علامه شبّر نیز تأکید می‌کند: «(قرآن، شفا بخش) مرض‌های روحی مانند عقاید فاسد، اخلاق نکوهیده و زشت و (نیز شفا بخش) امراض جسمانی است» (شبر، ۱۴۱۲ق، ص ۲۸۶).

اهل بیت علیهم‌السلام نیز برای اثبات شفا بخشی قرآن به همین آیه استناد کرده‌اند؛ از جمله امام صادق علیه‌السلام قرآن را شفا بخش هر نوع بیماری قلمداد کرده‌اند: «ما اشتكى أحد من المؤمنين شكاية قط و قال بإخلاص نية - و مسح موضع العلة - وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَ لَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا» الا عوفی من تلك العلة آية علة كانت: هیچ مؤمنی هرگز از بیماری شکوه و شکایتی نمی‌کند؛ اگر با نیت خالص بخواند - در حالی که محل درد و مرض را می‌مالد -: «وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَ لَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا»، مگر آنکه از آن بیماری سلامتی می‌یابد، هر بیماری که باشد» (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۳، ص ۲۱۳).

همچنین نقل شده است حضرت به عبدالله بن سنان فرمود: «ای ابن‌سنان، رقیه و عوده و نثره» (نوشته‌هایی که برای شفای از امراض می‌نویسند و به اعضای بدن می‌بندند)، اگر از قرآن نوشته شود، اشکالی ندارد». سپس افزود: «من لم يشفه القرآن فلا شفاه الله و هل شيء أبلغ في هذه الأشياء من القرآن؟ أليس الله يقول: "وَ نُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ"؟» هر کسی که قرآن شفا بخش ندهد، خدا شفا بخش نمی‌دهد. و آیا چیزی رساتر و مؤثرتر از قرآن در میان چیزهای (مداواکننده) هست؟ آیا خدا نمی‌گوید: و ما قرآن را شفا و رحمت برای مؤمنان قرار دادیم؟» (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۳، ح ۴۱۶).

در آیه دیگری نیز می‌خوانیم: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ: ای مردم، برای شما از جانب پروردگارتان موعظه‌ای آمد و

شفایی برای بیماری لانه کرده در سینه‌ها و راهنما و رحمتی برای مؤمنان» (یونس: ۵۷). در حدیثی که امام صادق علیه السلام از پدرش نقل می‌کند، قرآن به دلیل همین آیه، شفابخش بیماری جسمانی نیز دانسته شده است: مردی از دردی در سینه نزد رسول خدا صلی الله علیه و آله شکوه کرد. حضرت فرمود: «استشف بالقرآن، لأن الله يقول: وَ شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ» از قرآن شفا طلب کن؛ زیرا خدای تعالی می‌فرماید: و شفای بیماری سینه‌هاست» (عیاشی، ۱۳۸۰ق، ج ۱، ص ۱۲۴).

۵. ایمان و سلامت جسمی

یکی از مهم‌ترین فواید ایمان به خدا، سلامتی جسمانی است؛ زیرا کسی که به خداوند متعال ایمان دارد، به دستورات متعددی که برای سلامتی بندگان خود در زندگی روزمره بیان شده است، عمل می‌کند؛ همان‌گونه که مؤمنان در دستورات دینی به رعایت نظافت توصیه شده‌اند و از خوردن گوشت خوک (که امروزه با وجود مریضی آنفولانزای خوک مضر است) به‌روشنی آشکار شده است) و مشروبات الکلی و... که برای سلامت جسمانی انسان مضر هستند، نهی شده‌اند: «إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَ الدَّمَ وَ لَحْمَ الْخِنْزِيرِ وَ مَا أَهْلٌ لِّغَيْرِ اللَّهِ بِهِ...» خداوند تنها مردار، خون، گوشت خوک و آنچه را با نام غیر خدا سر بریده‌اند، بر شما حرام کرده است...» (نحل: ۱۱۵).

قرآن تصریح می‌کند که خدای متعال از مؤمنان می‌خواهد در دایره پاک‌ها و آنچه با طبیعت و خلقت انسان هماهنگ است، زندگی کنند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُلُوا مِن طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ...» ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از نعمت‌های پاکیزه‌ای که به شما روزی داده‌ایم، بخورید» (بقره: ۱۷۲).

خدای متعال یکی از ویژگی‌های رسول خاتم صلی الله علیه و آله را چنین بیان می‌کند: «يُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَ يُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ: چیزهای پاکیزه را برای مردم حلال می‌شمرد و ناپاکی‌ها را تحریم می‌کند» (اعراف: ۱۵۷). در آیاتی از قرآن نمونه‌هایی از خوراکی‌های حرام را بیان می‌کند؛ از جمله می‌فرماید: «إِنَّمَا حَرَّمَ عَلَيْكُمُ الْمَيْتَةَ وَ الدَّمَ وَ لَحْمَ الْخِنْزِيرِ...» [خدا] تنها [خوردن] مردار و خون و گوشت خوک و آنچه [به هنگام سربریدن، نام] غیر خدا بر آن بانگ زده شده را بر شما حرام کرده است؛ و [لی] کسی که ناچار شود، در صورتی که ستمگر و متجاوز نباشد، پس گناهی بر او نیست؛ [چرا] که خدا بسیار آمرزنده مهرورز است» (بقره: ۱۷۳).

ایمان به رسولی که «محتوای دعوت او با فطرت سلیم هماهنگ است، طیبات و آنچه را طبع سلیم می‌پسندد، برای معتقدانش حلال و مجاز می‌کند و آنچه خبیث و تفرآمیز است را بر آنها تحریم می‌کند» (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴ش، ج ۶، ص ۳۹۷)، به یقین تأمین‌کننده سلامت وجود انسان خواهد بود؛ زیرا مصرف «طیبات»، «پاک‌ها و پاکیزه‌ها» و «آنچه با طبع انسان هماهنگ است»، سبب سلامت خواهد بود و تحریم «خبایث»، سبب پیشگیری از آلوده شدن وجود از مواد مضر است. استفاده از نعمت‌های پاکیزه، سالم و سازگار با طبع، دستور عمومی قرآن است: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ» ای مردم، از آنچه در زمین حلال و پاکیزه است بخورید و از گام‌های شیطان پیروی مکنید؛ که او دشمنی آشکار برای شماست» (بقره: ۱۶۸).

این دعوت زمانی عملی می‌شود که شنونده به قرآن ایمان آورد و آن را کتاب حق بداند؛ وگرنه با پیروی از دعوت‌های شیطان بر خلاف دستور «وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ»، در دام مصرف آلوده‌ها و کثافت‌ها خواهد افتاد که سبب مرض و پریشانی هستند.

ایمان به تعالیم الهی به یقین سلامت جسمی را در پی دارد؛ زیرا خدای متعال افزون بر اینکه مصرف «طیبات» را مجاز می‌داند و از مصرف «آلوده‌ها» منع می‌کند، از زیاده‌روی در مصرف نیز منع کرده است و می‌فرماید: «يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ» ای فرزندان آدم، زینت خود را به هنگام رفتن به مسجد با خود بردارید. و [از نعمت‌های الهی] بخورید و بیاشامید؛ ولی اسراف نکنید که خداوند مسرفان را دوست نمی‌دارد» (اعراف: ۳۱).

ابواسحاق احمد بن محمد بن ابراهیم ثعلبی نقل کرده است: هارون الرشید عباسی، پزشک نصرانی زبردستی داشت. روزی به علی بن حسین بن واقد گفت: در قرآن شما از علم طب چیزی نیست، در صورتی که علم دو نوع است: علم ادیان و علم ابدان. او در جواب گفت: خدا همه علم طب را در نصف آیه گرد آورده است که می‌فرماید: «كُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا» و پیامبران طب را در چند جمله بیان فرموده است: «الْمَعِدَةُ بَيْتُ الدَّاءِ وَالْحِمِيَةُ رَأْسُ الدَّوَاءِ وَاعْوُذُ الْبَدَنَ مَا اعْتَادَ وَاعْطِ كُلَّ بَدَنٍ مَا عَوَّدْتَهُ: معده خانه دردهاست و پرهیز، سر همه دواها و برای هر بدنی غذاهای متناسب با عادتش را فراهم کن» (احسائی، ۱۴۰۳ق، ج ۲، ص ۳۰). پزشک

نصرانی گفت: کتاب آسمانی شما و پیامبرتان برای جالینوس طیب چیزی باقی نگذاشته‌اند (طبرسی، ۱۳۷۲ ش، ج ۴، ص ۶۳۸؛ ثعلبی، ۱۴۲۲ ق، ج ۴، ص ۲۳۰).

۶. کارکرد ایمان در تقویت جسم و روح

برای فهم رابطه ایمان و سلامت از هر دو جهت جسمی و روحی، مطالعه آیات دوم تا هشتم سوره «انفال» بسیار ثمربخش است. خدای متعال کسانی را با اوصافی مؤمنان راستین و حقیقی معرفی می‌کند: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ * الَّذِينَ يُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ * أُولَٰئِكَ هُمُ الْمُؤْمِنُونَ حَقًّا لَهُمْ دَرَجَاتٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَمَغْفِرَةٌ وَرِزْقٌ كَرِيمٌ» (انفال: ۲-۵). در دو آیه بعد به افراد سست‌ایمانی پرداخته می‌شود که از رفتارهای پیامبر ﷺ در مورد تقسیم غنایم غزوه بدر ناراضی بودند. البته اینها به دلیل تعبیر "فريق" جمعیت کوچکی از مؤمنان بودند: «وَإِنَّ فَرِيقًا مِّنَ الْمُؤْمِنِينَ لَكَارِهُونَ». این جمعیت و آن اکثریت مؤمنان راستین به جنگ بدر رفتند. گروه اندک فقط به منافع مادی جنگ بدر فکر می‌کردند؛ ولی هدف خداوند، پیروزی حق بود: «وَأَيُّدُ اللَّهِ أَنْ يَحِقَّ الْحَقُّ بِكَلِمَاتِهِ وَيَقْطَعَ دَابِرَ الْكَافِرِينَ». بالاخره دو سپاه روبروی هم قرار گرفتند، درحالی‌که دشمن نیرو و امکانات بسیار بیشتری داشت. آیات ۹ تا ۱۱ سوره «انفال» بیان می‌کنند که مؤمنان به استغاثه افتادند و ایمان به خدا، کار خودش را کرد؛ ازاین‌رو هزار فرشته به یاری آمدند: «وَمَا جَعَلَهُ اللَّهُ إِلَّا بُشْرَىٰ وَنِتْمَتِينَ بِهِ قُلُوبِكُمْ وَمَا النَّصْرُ إِلَّا مِنْ عِنْدِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ * إِذْ يَعِشِيكُمُ النَّعَاسَ أَمْنَةً مِنْهُ وَيَنْزِلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهِّرَكُمْ بِهِ وَيُذْهِبَ عَنْكُمْ رِجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيُزَيِّطَ عَلَىٰ قُلُوبِكُمْ وَيُنَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ». خداوند این را تنها برای شادی و اطمینان قلب شما قرار داد، وگرنه پیروزی جز از طرف خدا نیست، خداوند توانا و حکیم است. [به خاطر بیاورید] هنگامی را که خواب سبکی که مایه آرامش از ناحیه خدا بود، شما را فروگرفت و آبی از آسمان برای شما فروفرستاد تا با آن شما را پاک و پلیدی شیطان را از شما دور کند و دل‌های شما را محکم و گام‌ها را با آن ثابت بدارد».

روشن است که خواب امری جسمانی است که سبب تجدید قوای بدن می‌شود؛ آب باران نیز افزون بر اینکه سبب پاکیزگی و نشاط جسمانی می‌شود، مشکلات جسمی را رفع می‌کند و آمادگی لازم برای کارزار با دشمن را فراهم می‌آورد؛ بنابراین ایمان و اعتقاد به خدا سبب اظهار

نیاز به درگاه خدا شد و بر اثر استغاثه و اجابت آن، مؤمنان هم از حمایت روحی برخوردار شدند و هم جسمشان با خواب و باریدن باران شرایط خوبی پیدا کرد که بتواند در مقابل دشمن بایستد.

۷. نمونه آثار درمانی و سلامت بخشی ایمان

ایمان به خدا، غیب، قیامت و آنچه خدای سبحان بندگان را به باورداشتن آن فرامی خواهد، تأثیر مستقیمی بر سلامت وجود انسان یا سلامت صفات انسانی او دارد. در ادامه نمونه‌هایی از آثار را ارائه می‌دهیم.

۷-۱. درمان بدبینی

بدبینی به خدا و مخلوقات خدا بیماری خطرناکی است (کاپلان و سادوک، ۲۰۱۵م، ص ۴۱۳)؛ زیرا زندگی با مردم را برای انسان سخت می‌کند. سوء ظن به کلی آفت دین است: «أَفَةُ الدِّينِ سُوءُ الظَّنِّ» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶ش، ص ۲۶۳). یکی از آثار ایمان به خدا، درمان این بیماری و ایجاد نقطه مقابل آن یعنی خوش بینی به جهان و خلقت و هستی است. از آنجاکه ایمان به خدا تلقی انسان درباره جهان را شکل خاصی می‌دهد، به این ترتیب که آفرینش را هدف‌دار و هدف را خیر، تکامل و سعادت می‌شناساند، طبعاً دید انسان را به نظام کلی هستی و قوانین حاکم بر آن خوش بینانه می‌سازد. از امام رضا علیه السلام نقل شده است: «أَحْسِنِ الظَّنَّ بِاللَّهِ فَإِنَّ مَنْ حَسَنَ ظَنَّهُ بِاللَّهِ كَانَ اللَّهُ عِنْدَ ظَنِّهِ... أَخْرَجَهُ مِنْهَا سَالِمًا إِلَى دَارِ السَّلَامِ: به خداوند خوش بین باش؛ زیرا هر که به خدا خوش بین باشد، خدا با گمان خوش او همراه است... و او را از دنیا به سلامت به دارالسلام بهشت رساند» (ابن شعبه، ۱۳۶۳ش، ص ۴۹۹). خدای متعال نیز مؤمن را از بدگمانی به دیگران برحذر داشته است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ: ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از بسیاری از گمان‌ها پرهیزید؛ چراکه بعضی از گمان‌ها گناه است» (حجرات: ۱۲). تعبیر «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا» دربرگیرنده این پیام است که ایمان مشروط به رعایت اموری است که یکی از آنها، دوری از گناه سوء ظن به افراد است. به بیان دیگر، کسی ایمان راستین دارد که از گمان بد پرهیزد. روشن است که انسان پاکدل و خوش بین از خطرهای بیماری‌های جسمی مانند سکنه قلبی و مغزی که عموماً ناشی از فشارهای روانی و اضطراب است، در امان خواهد بود.

۲-۷. رهایی از بیماری ناامیدی

ناامیدی که حتی ممکن است به خودکشی بینجامد، نوعی بیماری است (<https://fa.wikipedia.org/wiki/ناامیدی>). درمان این بیماری تنها با ایمان ممکن است. از نظر مکتب وحی، ناامیدی گناه بزرگی است. امام صادق علیه السلام در این باره فرمود: «مَنْ أَكْبَرَ الْكَبَائِرِ عِنْدَ اللَّهِ أَيْئَسَ مِنْ رُوحِ اللَّهِ، وَ الْقُنُوطَ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ: از بزرگ‌ترین گناهان کبیره نزد خدا، یأس از روح‌الله و ناامیدی از رحمت و نیکی خداست» (کلینی، ۱۳۶۲ش، ج ۲، ص ۵۴۵).

اما مؤمنی مانند حضرت یعقوب هرگز ناامید نمی‌شود؛ او پس از سال‌های طولانی خطاب به فرزندان خطاکارش می‌فرماید: «يَا بَنِي أَنْهَبُوا فَتَحَسَّسُوا مِنْ يَوْسُفَ وَأَخِيهِ وَ لَا تَيَاسُّوا مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِنَّهُ لَا يَيْئَسُ مِنْ رُوحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ: پسرانم، بروید و یوسف و برادرش را با احساس امیدواری جستجو کنید؛ و از رحمت خدا مأیوس نشوید که تنها گروه کافران، از رحمت خدا مأیوس می‌شوند» (یوسف: ۸۷).

چقدر حیات‌بخش است که انسان به این ندا ایمان داشته باشد: «قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ: بگو ای بندگان من که بر خود اسراف و ستم کرده‌اید، از رحمت خداوند نومید نشوید که خدا همه گناهان را می‌آمرزد؛ زیرا او بسیار آمرزنده و مهربان است» (زمر: ۵۳). طبیعی است که این روحیه سبب تداوم زندگی و سرپاماندن مؤمن بشود.

۳-۷. درمان فشارهای روحی

روان‌شناسان معتقدند بیماری‌های روانی که ناشی از ناراحتی‌های روحی و تلخی‌های زندگی است، در میان افراد غیر مذهبی بیشتر دیده می‌شود. افراد مذهبی به هر نسبت که ایمان قوی و محکم‌تری داشته باشند، از این بیماری‌ها مصون‌ترند؛ از این رو یکی از عوارض زندگی عصر ما که بر اثر ضعف ایمان‌های مذهبی پدید آورده است، افزایش بیماری‌ها و ناراحتی‌های روانی و عصبی است (نک: روانبخش و پوریوسفی، ۱۳۸۵ش، ص ۷۱-۹۴). راه درمان این نوع بیماری‌ها، مراجعه به مطب خدای خالق انسان است تا معالجه انجام گیرد و سلامت حاصل شود؛ خداوند شفا دهندهٔ مریض‌ها می‌فرماید: «مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَ الْيَوْمِ الْآخِرِ وَ عَمَلَ صَالِحاً فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَ لَا هُمْ يَحْزَنُونَ: هر که به خداوند یگانه ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد، نه ترسی در وی

هست نه غمگین خواهد شد» (مائده: ۶۹). نسخه تجویز شده در آیه‌ای دیگر نیز همین است: «فَمَنْ آمَنَ وَأَصْلَحَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»: هر کسی ایمان بیاورد و خویشتن را اصلاح کند، نه ترسی و نه اندوه و غمی خواهد داشت» (انعام: ۴۸).

ایمان نه تنها رفع کننده مرض است، بلکه در مراحل بالندگی و کمال، سلامت روح و روان را که در پی دارنده سلامت جسم است، تقویت خواهد کرد. خدایی که اسم او دوا و یاد او شفاست، می فرماید: «هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيُذْأَبُوا إِيمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ وَ لِلَّهِ جُنُودُ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ وَ كَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا»: او کسی است که آرامش را در دل‌های مؤمنان نازل کرد تا ایمانی بر ایمانشان بیفزایند؛ لشکریان آسمان‌ها و زمین از آن خداست و خداوند دانا و حکیم است» (فتح: ۴).

همچنین خداوند امنیت و آرامشی را که ایمان در نفس مؤمن به وجود می‌آورد، چنین توصیف می‌فرماید: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ لَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَ هُمْ يُهْتَدُونَ»: تنهایی که ایمان به خدا آورده‌اند و آن را به شرک [و عبادت هیچ معبود دیگری به جز خدا] مخلوط نکرده‌اند، برخوردار از آرامش و طمأنینه هستند و تنها آنها به راه حق و خیر هدایت شدگان‌اند» (انعام: ۸۲).

در آیه‌ای دیگر نیز خدای سبحان می‌فرماید: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»: آنها که به خدا ایمان آورده و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌گیرد، آگاه شوید که تنها یاد خدا آرام‌بخش دل‌هاست» (رعد: ۲۸).

اینکه صاحبان ایمان از بهترین آرامش و آسایش روانی برخوردارند، از آنجاست که خالق جهان را حکیم و علیم و هدفدار می‌دانند (صدوق، ۱۳۹۸ق، ص ۳۶۹).

امام رضا علیه السلام در دعا‌های فراوانی چنین حالتی را از خداوند درخواست می‌کند. در روایتی از آن حضرت، امن و ایمان از خدای متعال درخواست شده است: «يَا مَنْ دَلَّنِي عَلَى نَفْسِي وَ دَلَّلَ قَلْبِي بِتَصَدِيقِهِ، أَسْأَلُكَ الْأَمْنَ وَ الْإِيْمَانَ فِي الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ: ای کسی که مرا به خودت رهنمون شدی و دلم را به تصدیقت رام کردی، از تو خواهان امنیت و ایمان در دنیا و آخرت هستم» (کلینی، ۱۳۶۲ش، ج ۲، ص ۵۷۹).

۸. نمونه‌های عینی تأثیرگذاری ایمان در سلامت

پیامبران الهی رابطه ایمان و سلامت را در واقع زندگی خود بعینه دیده‌اند. پیامبر بزرگ خدا حضرت ابراهیم علیه السلام از سوی سران بت پرستان محکوم به سوزاندن در آتش شد؛ ولی او ایمان داشت. خدایی که به او مأموریت داده است با بت پرستی مبارزه کند، سلامت او را تضمین خواهد کرد. چنین شد و خدای متعال به آتش فرمان داد آسیبی به ابراهیم علیه السلام نرزد: «قُلْنَا يَا نَارُ كُونِي بَرْدًا وَ سَلَامًا عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ» (انبیاء: ۶۹).

چون رها از منجنیق آمد خلیل	آمد از دربار عزت جبرئیل
گفت هل لك حاجة يا مجتبا	گفت اما منك يا جبریل لا
من ندارم حاجتی از هیچ کس	با یکی کار من افتاده است و بس
گفت با او جبرئیل ای پادشاه	بس ز هر کس باشدت حاجت بخواه
گفت اینجا هست نامحرم مقال	علمه بالحال حسبی بالسؤال
گر سزاوار من آمد سوختن	لب ز دفع او بیاید دوختن
ور نخواهد سوزد آن شه پیکرم	هم نسوزاند به آتش گر درم
می تواند آتشم گلشن کند	شعله‌ها را شاخ نسترون کند

تجربه حضرت نوح نیز بسیار قابل توجه است. او در طوفانی مهیب چند نفر مؤمن و حیواناتی را سوار کشتی دست‌ساز خود می‌کند؛ ولی چون به خدا ایمان دارد، به سلامت از مهلکه طوفان نجات پیدا می‌کند: «قِيلَ يَا نُوحُ اهْبِطْ بِسَلَامٍ مِنَّا وَ بَرَكَاتٍ عَلَيْكَ وَ عَلَىٰ أُمَّمٍ مِّمَّنْ مَعَكَ...» (هود: ۴۸).

در ادامه نمونه‌هایی از وقایع زندگی پیامبران ارائه می‌دهیم که بر اثر ایمان و درخواست از خدا خطر مرگ و بیماری نازایی برطرف شده است تا مخاطبان حقیقت تأثیر ایمان در سلامتی را دریابند.

۸-۱. داستان موسی علیه السلام و فرعون

داستان موسی علیه السلام و فرعون را میدانی مطالعه می‌کنیم تا تأثیر ایمان را در سلامت نظاره کنیم و حقیقت ملموس شود. در آیات ۶۱ تا ۶۷ سوره «شعراء» می‌خوانیم: هنگامی که موسی علیه السلام و

پیروانش از ستم فرعون فرار کردند، نزدیک رود نیل که رسیدند، دو گروه چنان به هم نزدیک شدند که یکدیگر را دیدند. یاران موسی گفتند: آنها به ما رسیدند و ما در چنگال فرعونیان گرفتار شدیم. موسی علیه السلام که به خدا ایمان داشت، فریاد زد: «...كَلَّا إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِينِ: هرگز چنین نیست؛ به یقین پروردگارم با من است [همو که قادر مطلق است و هیچ لحظه‌ای برای او دیر نیست]، به زودی نجاتم می‌دهد». بی‌درنگ خدای سبحان به موسی وحی کرد: «عصایت را به دریا بزن. [عصایش را به دریا زد] و دریا از هم شکافته شد و هر بخشی همچون کوه عظیمی بود! [فرعون و نیروهایش از خطر پیش‌رو غافل گردیم و آنها وارد رود شدند و موسی و تمام کسانی را که با او بودند، نجات دادیم و دیگران را غرق کردیم].»

طبیعی است که در آن حالی که موسی علیه السلام و یارانش گرفتار شدند، وحشت چنان فشار بیاورد که اگر سکنه مغزی و قلبی اتفاق نیفتد، حداقل دست‌وپا حرکت نکند و انسان بی‌اختیار تسلیم شود؛ درحالی‌که سالم ماندن تنها در پناه ایمان راستین است که در آن حال انسان وحشت نمی‌کند و او که خدا را همراه خودش می‌بیند، می‌گوید: «إِنَّ مَعِيَ رَبِّي: پروردگارم همراه من است». در این ماجرا ایمان هم سبب سلامت روحی شد که موسی علیه السلام وحشت نکرد و از ترس، روحیه خود را از دست نداد و هم سبب سلامت جسمی شد و موسی علیه السلام اعضایش از کار نیفتاد و عصا به نیل زد و جان همراهانش را نجات داد.

در پایان خدای متعال بیانی دارد که می‌فهماند ماجرا و اتفاقات مخصوص موسی علیه السلام و بنی اسرائیل نیست: «إِنَّ فِي ذَلِكَ لآيَةً وَ مَا كَانَ أَكْثَرُهُمْ مُؤْمِنِينَ: در این جریان، نشانه روشنی است، ولی بیشترشان ایمان نیاوردند [زیرا ایمان ندارند].»

۲-۸. ماجرای حضرت یونس

«فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَ نَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَ كَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ». یونس علیه السلام هر چند به خواسته خود تصریح نکرد و تنها به مسئله توحید و تنزیه خدا و اعتراف به ظلم خود بسنده کرد، اما با این کلماتش حال درونی خود را و موقفی را که در آن قرار گرفته بود، بیان داشت؛ این بیان در معنا درخواست نجات و عاقبت را می‌رساند، خدا هم درخواست او را اجابت نمود و او را از اندوه و غمی که به وی روی آورده بود، نجاتش بداد. جمله «وَ كَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ»، وعده به نجات دادن هر مؤمن مبتلای به اندوه است؛ البته مؤمنی که مانند یونس رو به درگاه وی آورد و او را چون وی ندا کند (طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۴، ص ۳۱۵).

در سوره «صافات» نیز داستان حضرت یونس علیه السلام آمده است که خداوند متعال بیان می‌دارد: «فَنَبِّئْنَاهُ بِالْعَرَاءِ وَهُوَ سَقِيمٌ». «نبد» به معنای دورانداختن چیزی است. «عراء» هم به معنای محلی روباز است که دیوار و حایلی دیگر در آن نباشد و چیزی که انسان زیر سایه‌اش قرار گیرد نیز نداشته باشد، نه سقفی و نه خیمه‌ای و نه درختی. او که در شکم نهنگ در اسید غوطه می‌خورد، بر اثر ایمان به خدا پناه برد و دعا کرد و با بیماری و آسیب‌دیدگی از شکم آن حیوان بیرون انداخته شد. خدای متعال به همین بسنده نکرد، بلکه چنان‌که تصریح می‌کند، بوته کدویی در کنار او رویاند که برگ‌هایش روی بدن او را پوشاندند: «وَ أَنْبَتْنَا عَلَيْهِ شَجَرَةً مِّنْ يَّفْطِينٍ» و بوته کدویی بر او رویاندیم [تا در سایه برگ‌های پهن و مرطوبش آرامش یابد و درمان شود]» (صافات: ۱۴۶؛ طباطبایی، ۱۴۱۷ق، ج ۱۷، ص ۱۶۴). البته اینکه نقش کدو و برگ‌هایش در درمان حضرت یونس علیه السلام چه بود، باید از در جای دیگری به تفصیل بررسی شود.

۳-۸. رفع نازایی همسر حضرت ابراهیم علیه السلام

حضرت ابراهیم علیه السلام نمونه مؤمن راستین است: «سَلَامٌ عَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ * إِنَّهُ مِّنْ عِبَادِنَا الْمُؤْمِنِينَ»: سلام بر ابراهیم؛ او از بندگان باایمان ماست» (صافات: ۱۰۹ - ۱۱۰). این مؤمن هموست که معتقد بود: «وَ إِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ: هرگاه من بیمار شوم، او [سلامتم را برمی‌گرداند و] شفایم می‌دهد» (شعراء: ۸۰). ساره همسر حضرت ابراهیم علیه السلام نازا و پیر بود؛ اما ایمان حضرت به خدا هرگز اجازه نداد که ناامید شود. ابراهیم علیه السلام ایمان داشت که خدا به دعای بندگان گوش می‌دهد و یقین داشت که خدایش در هر شرایطی می‌تواند اوضاع را تغییر دهد: «الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي وَهَبَ لِي عَلَى الْكِبَرِ إِسْمَاعِيلَ وَ إِسْحَاقَ إِنَّ رَبِّي لَسَمِيعُ الدُّعَاءِ» (ابراهیم: ۳۹). بنابراین او در پیروی برای فرزنددار شدن همسرش دعا می‌کرد و خدا را اجابت‌کننده و قادر بر رفع نقص نازایی و ایجاد سلامت در بخش معیوب زن می‌دانست. بر اساس همین اعتقاد می‌گوید: «... وَ أَدْعُوا رَبِّي عَسَىٰ أَلَّا أَكُونَ بِدُعَاءِ رَبِّي شَقِيًّا: و پروردگارم را می‌خوانم و امیدوارم در خواندن پروردگارم بی‌پاسخ نمانم» (مریم: ۴۸). امام صادق علیه السلام از رسول خدا صلی الله علیه و آله نقل می‌کند که فرمودند: «رحمت خدا بر بنده‌ای که از خدا حاجتی را بخواهد و برای رسیدن به خواسته خود بر دعا اصرار کند، چه اجابت شود و چه نشود. پس از این جمله، پیامبر صلی الله علیه و آله همین آیه را تلاوت کرد» (حویزی، ۱۴۱۵ق، ج ۳، ص ۳۳۹).

اصرار بر دعا و خواسته نتیجه ایمان قوی است و سبب رفع مشکل جسمی ساره و حضرت ابراهیم و فرزندان شدن آن دو می شود: «فَلَمَّا اعْتَزَلَهُمْ وَ مَا يَعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَ هَبْنَا لَهُ إِسْحَاقَ وَ يَعْقُوبَ وَ كَلَّمْنَا نَبِيًّا: هنگامی که از مشرکان و آنچه غیر خدا می پرستیدند، کناره گیری کرد، ما اسحاق و یعقوب را به او بخشیدیم؛ و هر یک را پیامبری [بزرگ] قرار دادیم» (مریم: ۴۹).

۴-۸. رفع نازایی همسر حضرت زکریا علیه السلام در پیری

در داستان حضرت زکریا علیه السلام نیز ایمان چنان تأثیرگذار است که بر اثر دعای مؤمن، زن پیر نازا سلامت می یابد و قابلیت حاملگی و فرزندان شدن پیدا می کند: «أَصْلَحْنَا لَهُ زَوْجَهُ» (انبیاء: ۹۰). زکریا علیه السلام همانند ابراهیم علیه السلام ایمان داشت که خدا دعای بنده را می شنود و جواب می دهد: «هُنَالِكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ * فَنَادَتْهُ الْمَلَائِكَةُ وَ هُوَ قَائِمٌ يَصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيحْيَى... * قَالَ رَبِّ أَنَّى يَكُونُ لِي غُلَامٌ وَقَدْ بَلَغَنِي الْكِبَرُ وَ امْرَأَتِي عَاقِرٌ قَالَ كَذَلِكَ اللَّهُ يَفْعَلُ مَا يَشَاءُ: در آنجا که زکریا [شایستگی های مریم را دید]، پروردگار خویش را خواند و عرض کرد: خداوندا، از طرف خود فرزند پاکیزه ای [نیز] به من عطا فرما که تو دعا را می شنوی. و هنگامی که او در محراب ایستاده، مشغول نیایش بود، فرشتگان او را صدا زدند که خدا تو را به "یحیی" بشارت می دهد... او عرض کرد: پروردگارا، چگونه ممکن است فرزندان شوم، در حالی که پیری به سراغ من آمده و همسرم نازاست؟ فرمود: بدین گونه خداوند هر کاری را بخواهد انجام می دهد» (آل عمران: ۳۸ - ۴۰).

در آیات دوم تا نهم سوره «مریم» اظهارات و دعای حضرت زکریا و اجابت الهی آمده است. او خودش را پیرمرد و همسرش را «عافر: نازا» معرفی می کند و از خدا می خواهد: «فَهَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا» (مریم: ۵). خدایی که زکریا ایمان داشت، شنوای دعا یعنی اجابت کننده است؛ همو پیام داد: «يَا زَكَرِيَّا إِنَّا نُبَشِّرُكَ بِغُلَامٍ اسْمُهُ يَحْيَى لَمْ نَجْعَلْ لَهُ مِنْ قَبْلُ سَمِيًّا: ای زکریا، ما تو را به فرزندی بشارت می دهیم که نامش یحیی است؛ پسری هم نامش پیش از این نبوده است».

خدای متعال در سوره «انبیاء» در پاسخ به فرزندخواهی زکریا علیه السلام که عرض کرد: «وَ زَكَرِيَّا إِذْ نَادَى رَبَّهُ رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَ أَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ: و زکریا را [به یادآور] در آن هنگام که پروردگارش را خواند [و عرض کرد]: پروردگارا، مرا تنها مگذار [و فرزند برومندی به من عطا کن]» (انبیاء: ۸۹)، فرمود: «فَأَسْتَجَبْنَا لَهُ وَ وَهَبْنَا لَهُ يَحْيَى وَ أَصْلَحْنَا لَهُ زَوْجَهُ... ما هم دعا و درخواست او

را جواب مثبت دادیم و یحیی را به او بخشیدیم؛ و همسرش را [که نازا بود]، برایش آماده [بارداری] کردیم...» (انبیاء: ۹۰).

نتیجه

رابطه ایمان و سلامت به اجمال روشن است. در این مقاله نشان داده شد که ایمان به خدای قادر متعال و عقاید دینی، نقشی اساسی در سلامت جسمی و روحی انسان دارد. قرآن تصریح می‌کند که خدای متعال از مؤمنان می‌خواهد در دایره پاک‌ها و آنچه با طبیعت و خلقت انسان هماهنگ است، زندگی کنند. رسول خدا ﷺ نیز محتوای دعوتش با فطرت سلیم هم‌ماهنگ است، طیبات و آنچه طبع سلیم می‌پسندد را برای معتقدانش حلال و مجاز می‌کند و آنچه خبیث و تفرآمیز است را بر آنها تحریم می‌کند. اعتقاد به این دین به یقین تأمین‌کننده سلامت انسان خواهد بود.

مطالعه آیات دوم تا هشتم سوره «انفال» به خوبی رابطه ایمان و سلامت جسمی و روحی را نشان می‌دهد. بنا بر تعالیم قرآن، ایمان و اعتقاد به خدا سبب اظهار نیاز به درگاه خدا می‌شود و بر اثر استغاثه و اجابت آن، مؤمنان هم از حمایت روحی و جسمی برخوردار می‌شوند.

بدینی به خدا و مخلوقات خدا بیماری خطرناکی است؛ زیرا زندگی با مردم را برای انسان سخت می‌کند. یکی از آثار ایمان به خدا، درمان این بیماری و ایجاد نقطه مقابل آن یعنی خوش‌بینی به جهان و خلقت و هستی است. ناامیدی که حتی ممکن است به خودکشی بینجامد، نوعی بیماری است؛ اما مؤمنی مانند حضرت یعقوب هرگز ناامید نمی‌شود. چقدر حیات‌بخش است که انسان به این ندا ایمان داشته باشد.

به یقین بیشتر بیماری‌های روانی که ناشی از ناراحتی‌های روحی و تلخی‌های زندگی است، در میان افراد غیر مذهبی دیده می‌شود. راه درمان این نوع بیماری‌ها، مراجعه به مطب خدای خالق انسان است.

ایمان نه تنها رفع‌کننده مرض است، بلکه در مراحل بالندگی و کمال، سلامت روح و روان را که در پی دارنده سلامت جسم است، تقویت خواهد کرد. اینکه صاحبان ایمان از بهترین آرامش و آسایش روانی برخوردارند، بدین دلیل است که دل‌بسته‌ او هستند و امیدشان به اوست که حکیم و علیم و رؤف و رحیم است. رابطه ایمان و سلامت را در زندگی پیامبران الهی می‌توان

مشاهده کرد. تجربه حضرت ابراهیم نوح بسیار قابل توجه است؛ همچنین ابراهیم علیه السلام در آتش و نوح در طوفان، با ایمان به خدا از مهلکه نجات پیدا می‌کنند؛ ایمان است که موسی علیه السلام و یارانش را از گرفتاری در وحشت حفظ کرد و ترس بر آنان غلبه نکرد؛ حضرت یونس علیه السلام بر اثر اعتقاد قوی نجات یافت؛ رفع نازایی همسر حضرت ابراهیم و حضرت زکریا با اعتقاد قوی اتفاق می‌افتد و ...

نکته پایانی این است که ایمان به الله، حصن و دژی نفوذناپذیر در برابر عذاب است. در حدیث قدسی مشهور سلسله الذهب امام رضا علیه السلام از قول پدرانش از قول خدای متعال نقل کرده است: «... لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ حِصْنِي فَمَنْ دَخَلَ حِصْنِي أَمِنَ مِنْ عَذَابِي: لا اله الا الله دژ من است که از بندگانه حفاظت می‌کند؛ هر کسی وارد آن شود، از عذاب من در امان است» (صدوق، ۱۴۰۰ق، ص ۲۳۵).

در حدیث قدسی دیگری که پس از ایمان به کلمه لا اله الا الله، ایمان به نبوت محمد صلی الله علیه و آله و سلم و ولایت امیر مؤمنان علیه السلام هم سنگ ایمان توحیدی بیان شده است و خدای متعال می‌فرماید: «... مَنْ دَخَلَهُ كَانَ آمِنًا مِنْ نَارِي وَ حِصْنِي الَّذِي [مَنْ لَجَأَ إِلَيْهِ حَصَّنَتْهُ بِهِ مِنْ مَكْرُوهِ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ وَ...]. (دیلمی، ۱۴۱۲ق، ج ۲، ص ۴۰۶). بر اساس این حدیث، ایمان حافظ مؤمن از هر ناخوشایند دنیا و آخرت است. مؤمن اگر بیمار جسمی هم شود، به دلیل ایمان رنج روحی نخواهد کشید. پس ایمان نقشی بی‌بدیل در سلامت جسمی و روحی انسان دارد.

کتاب‌نامه

قرآن کریم

۱. ابن حمزه، محمد بن علی، الوسيلة الى نيل الفضيلة، محقق: محمد حسون، قم: مکتبه آیت الله مرعشی النجفی، ۱۴۰۸ ق.
۲. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تحف العقول، قم: جامعه مدرسین، ۱۳۶۳ ش.
۳. احسائی، ابن ابی جمهور، عوالی اللثالی، تحقیق: مجتبی عراقی، قم: سیدالشهداء، ۱۴۰۳ ق.
۴. ایجی، عضدالدین، المواقف، تحقیق: عبدالرحمن عمیره، بیروت: دارالجمیل، ۱۴۱۷ ق.
۵. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲ ش.
۶. تمیمی آمدی، عبدالواحد، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، قم: دفتر تبلیغات، ۱۳۶۶ ش.

۷. ثعلبی نیشابوری، احمد بن ابراهیم، الکشف والبیان، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۲۲ ق.
۸. جوادی آملی، عبدالله، تسنیم، ج ۲، تحقیق: علی اسلامی، قم: اسراء، ۱۳۸۹ ش.
۹. حویزی، عبدعلی بن جمعه، تحقیق: سیدهاشم رسولی محلاتی، قم: اسماعیلیان، ۱۴۱۵ ق.
۱۰. دیلمی، حسن، ارشاد القلوب الی الصواب، قم: شریف رضی، ۱۴۱۲ ق.
۱۱. راغب اصفهانی، حسین، المفردات، بیروت: دارالعلم، ۱۴۱۲ ق.
۱۲. راوندی، قطب‌الدین، فقه القرآن، قم: مکتبه آیت‌الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۵ ق.
۱۳. روانبخش، مهرداد و حمید پوریوسفی، «نقش دین و باورهای مذهبی بر سلامت روان»، مجله پژوهش دینی، ش ۱۴، ۱۳۸۵ ش.
۱۴. سبحانی، جعفر، مرزهای توحید و شرک در قرآن، تهران: مشعر، ۱۳۸۰ ش.
۱۵. شبر، سیدعبدالله، تفسیر القرآن الکریم، بیروت: دارالبلاغه، ۱۴۱۲ ق.
۱۶. صدوق، محمد بن علی، التوحید، قم: جامعه مدرسین، ۱۳۹۸ ق.
۱۷. صدوق، محمد بن علی، الخصال، قم: جامعه مدرسین، ۱۳۶۲ ش.
۱۸. صدوق، محمد بن علی، امالی، بیروت: اعلمی، ۱۴۰۰ ق.
۱۹. صدوق، محمد بن علی، من لایحضره الفقیه، قم: جامعه مدرسین، ۱۴۰۴ ق.
۲۰. طباطبایی، سیدمحمدحسین، المیزان، قم: جامعه مدرسین، ۱۴۱۷ ق.
۲۱. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان، تهران: ناصرخسرو، ۱۳۷۲ ش.
۲۲. عیاشی، محمد بن مسعود، تفسیر عیاشی، تحقیق: سیدهاشم رسولی محلاتی، تهران: چاپخانه علمیه، ۱۳۸۰ ق.
۲۳. فیض کاشانی، محسن، الصافی، تحقیق: حسین اعلمی، تهران: انتشارات الصدر، ۱۴۱۵ ق.
۲۴. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، تهران: اسلامیه، ۱۳۶۲ ش.
۲۵. کاپلان، هارولد و بنیامین سادوک، چکیده روان‌پزشکی بالینی، ترجمه: فرزین رضاعی، تهران: ارجمند، ۲۰۱۵ م.
۲۶. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، ج ۳، بیروت: مؤسسة الوفاء، ۱۴۰۳ ق.
۲۷. مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۶۰ ش.
۲۸. مطهری، مرتضی، انسان و ایمان، تهران: صدرا، ۱۳۶۹ ش.
۲۹. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۴ ش.