نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره هفتم، زمستان ۱۴۰۲، شماره چهارم، صفحات ۵۴۳ تا ۵۴۹

## دیدگاه

# مفهوم سلامت معنوی در آثار دکتر اصفهانی

محسن رستمی[۱]، حسن نامدار*[۱]

۱. کارشناسی ارشد تاریخ علوم پزشکی، دانشکده طب ایرانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران
۲. *نویسنده مسئول: استادیار، دکترای تخصصی طب ایرانی، دانشکده طب ایرانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران، h.namdar@shahed.ac.ir

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۶/۱۶ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۱۱/۲۴

## چکیده

**زمینه و هدف:** امروزه انسان از عدم برخورداری سلامت کامل رنج می‌برد. با وجود توجّه سازمان بهداشت جهانی به این امر و اختصاص تعریف مستقل به سلامتی و ابعاد آن، تاکنون تعریف جامعی برای این مفهوم در نظر گرفته‌نشده تا براساس آن بتوان برنامه جامع و کاربردی برای تحقّق سلامتی افراد جامعه ارائه داد. در بررسی متون طبی و اسلامی و آثار اندیشمندان از جمله آثار دکتر اصفهانی به این مسئله پرداخته‌شده و جایگاه ویژه‌ای برای سلامت معنوی در نظر گرفته‌شده‌است. با توجه به اهمیّت این موضوع، در این مطالعه سعی‌شده تا مفهوم سلامت معنوی در آثار ایشان و در مقایسه با آنچه در مطالعات مشابه آمده بررسی و راهکارهای نیل به سلامت معنوی و سلامتی جامع در آثار ایشان مورد مداقّه قرار گیرد.

**روش:** پژوهش توصیفی ـ تحلیلی حاضر به روش کیفی و از طریق جستجو در آثار دکتر اصفهانی و نظریه‌های دیگر اندیشمندان و همچنین متون اسلامی‌انجام‌شده و در نهایت تعریفی جامع با تکیه بر آثار ایشان درخصوص سلامت معنوی ارائه شده است.

**یافته‌ها:** در آثار تألیفی دکتر اصفهانی حول محور سلامت، به مفهوم سلامت معنوی اشاره و به جایگاه مستقل و ویژه آن در کنار دیگر ارکان سلامت پرداخته و ضمن تأکید بر اهمیّت سلامت معنوی، تحقّق آن را از طریق عمل به آموزه‌های اسلامی‌دانسته‌است.

**نتیجه‌گیری:** براساس مطالعات در آثار دکتر اصفهانی ضمن تأکید بر برتری سلامت معنوی بر دیگر ارکان سلامت، آموزه‌های اسلام را به عنوان راهنمای جامع برای دستیابی به این هدف مهم معرفی می‌کند.

**کلیدواژه‌ها:** اسلام، سلامت، سلامت معنوی

## مقدمه

سلامت مصدر است به معنی سالم بودن؛ بنابراین به ادراک، رفتار و پدیده‌ای سلامت می‌گویند که کار خود را متناسب با آنچه برای او ایجاد شده است به خوبی انجام دهد؛ در نهایت جسمی سالم است که مجموعه اعضا و جوارح آن به خوبی کار کند و تمامی‌اموری چون جذب و دفع را بدون مشکل انجام دهند و عقلی سالم است که در اندیشیدن مشکلی نداشته باشد و روحی سالم است که انسان را در اهداف متعالی انسانی به خوبی هدایت کند و انسانی سالم است که همه ابعاد جسمی و روحی و ذهنی آن در مسیر تعالی انسان و نشاط و رفاه قرار گیرد و به تعبیر دیگر بتواند رفاه و نشاط او را تأمین کند (۱).

در لغت نامه دهخدا، سلامت به معنای بی گزند شدن، بی عیب شدن، عافیت، تندرستی، خلوص و صداقت است (۲). به طور کلی به نظر می‌رسد توجه به بعد دور بودن از هر نوع عیب و نقص و بیماری و داشتن عملکرد طبیعی بدن، مقصود اصلی از کاربرد این کلمه است.

طبق آنچه سازمان بهداشت جهانی (WHO) اعلام کرده، سلامت؛ حالت رفاه و آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی است و نه فقط نبود بیماری، نقص عضو و ناتوانی طوری که شخص از نظر اجتماعی – اقتصادی، یک فرد مولّد و مُثمر باشد (۳).

و اما تعریف سلامت از دیدگاه دکتر اصفهانی که هدف عمده مطالعه حاضر است عبارت است از: «سلامت ایده آل مورد نظر سلامتی است کامل، همه جانبه، شفابخش و مهمتر از همه رو به تکامل و تزاید و در بردارنده سلامت دنیا و آخرت، و طبیعی است تلاش در دستیابی به چنین نعمت ارزشمند و بنیادینی به‌طور کامل مورد توجه و تأکید و حمایت آئین نیکبختی دو سرای باشد و برای تحقق آن راهکارهای ویژه خواه در قالب احکام تکلیفی حلال و حرام، مستحب، مکروه، مباح و خواه در قالب توصیه‌ها و رهنمودها و خواه در قالب اصول و قواعد فقهی و نظام فکری و زیربنایی اندیشه اسلام و نظام اجتماعی آن پیش‌بینی و ارائه شده باشد» (۴).

سلامت در فرهنگ متعالی اسلام به عنوان یک ارزش مطرح شده و با تعبیرات لطیفی مانند برترین نعمت‌ها، گواراترین نصیب‌ها، نعمت قدر ناشناخته و از نظر دور مانده، نعمت دنیا، نعمتی که بدون آن خیری در



[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]

[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]

زندگی نیست، نعمتی که آدمی از شکر آن عاجز است، حسنه دنیا، دارایی مخفی ایمنی در دنیا، سرمایه زندگی و ده‌ها عنوان دیگر توصیف و اهمیت آن گوشزد شده‌است و بالاخره در قالب ادعیه مختلف، به عنوان یک درخواست مهم از پروردگار، مطرح شده و به اهل ایمان آموزش داده‌شده‌است (۵).

با توجه به اهمیّت این مبحث تاکنون در هیچ پژوهشی به یکسان سازی تعاریف سلامت پرداخته نشده و آنچه در این زمینه انجام شده تنها منحصر به شرح سلامت در روایات اسلامی، شرح ابعاد مختلف سلامت و یا نگاه فیزیولوژیکی به سلامت و جسم انسان می‌شود. عدم توافق در مفهوم واژگانی چون سلامت معنوی، دین، روح، روان، بیماری و دیگر عناصر مرتبط باعث شده که امکان ارائه تعریف منطقی از سلامت معنوی با مشکل جدی همراه شود؛ بنابراین آنچه از پژوهش حاضر حاصل می‌شود نتایج مطالعات و نظریات دکتر محمّدمهدی اصفهانی از خلال منابع ایشان است که در نهایت مخاطب را با تعریف مشخص و جامعی از سلامت و مفاهیم آن به ویژه سلامت معنوی آگاه می‌سازد. این آگاهی زمینه مطالعات بعدی را به صورت تخصّصی‌تر برای پژوهشگران این حوزه فراهم می‌آورد.

## روش

پژوهش توصیفی تحلیلی حاضر به روش کیفی و از طریق جستجو در منابع الکترونیک و مراجعه به مرکز تحقیقات علوم قرآن، حدیث و طب برای دسترسی به فهرست کامل تألیفات دکتر اصفهانی انجام شد. بدین صورت که ابتدا به منظور آگاهی از فعالیت‌های علمی‌ایشان تمامی‌مجموعه آثار شامل کتاب، مقاله، جزوه، فایل صوتی، یادداشت، مقدمه‌های کتاب‌ها فهرست شد و سپس آنچه از بیانات ایشان در رابطه با سلامت، ابعاد آن و مفهوم سلامت معنوی در کتاب‌ها و مقالات خود ذکر شده استخراج و بررسی شد.

در این پژوهش به دلیل محدودیت‌های دسترسی و عدم امکان ارجاع به منابع صوتی تنها به مطالعه و بررسی منابع مکتوب اکتفا شد. از آنجا که برخی از نظریات نویسنده (دکتر اصفهانی) در آثار خود تکرار شده، بنابراین از تکرار مکرّرات چشم‌پوشی کرده تا تحقیق به درازا نکشد.

## یافته‌ها

از نظر اسلام و روایات، انسان دارای ابعاد اصلی سلامت جسمی‌و روحی است که سلامت روحی اهمیت بیشتری از سلامت جسمی‌دارد. اگر هر دو در انسانی جمع شود، در نهایت خوشبختی و سعادت است و اگر انسانی دارای یکی از آن ها نباشد آن که سلامت روح را فدای جسم کرده‌است خسران و بدبختی واقعی را نصیب خود ساخته‌است. سلامت معنوی در قرآن، حقیقتی فراتر از سلامت جسم، سلامت روان و سلامت جامعه است و با این نگاه، شناخت درمانی، رفتار درمانی، معنا درمانی و غیره، معنایی متفاوت پیدا می‌کنند. در واقع آموزه‌های وحیانی جدا از سلامت جسم، روان و اجتماع، سلامت معنوی را در کانون توجه خود قرار داده‌است (۴).

از نظر اسلام، انسان در جهت کسب سلامت، به طور خردمندانه‌ای ابعاد جسمی، حسی، روانی، اجتماعی، مذهبی و عقلی را به کار می‌گیرد تا به سلامت روحی که همان دستیابی به قلب سلیم است دست یابد. این ابعاد با هماهنگی و تعادل، در حالی که فرد بر امور محیط و زندگی خود مسلّط است و توانایی سازگاری با تغییرات ایجاد شده را دارد انسان را به سوی زندگی متعهدانه نسبت به خداوند سوق خواهد داد (۶).

اگرچه در تمام ادیان الهی به‌خصوص اسلام چنانچه شرح شد همواره به حیات معنوی انسان توجه و تأکید خاصی وجود داشته است تا جایی که حتی به گناه و بی تقوایی، بیماری روح و دل گفته شده است؛ لذا اگر آنچه را که در تعریف سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی آمده است در محدوده هماهنگ با نظام اعتقادی محصور کنیم تعریف جدیدی از سلامت ارائه داده‌ایم که رفاه جسمی، روانی و اجتماعی را در همسویی با آموزه‌ها و رهنمودهای اسلامی‌که ضامن حرکت تکاملی و سلامت روحی است به عنوان سلامت شناخته‌ایم و وقتی می‌خواهیم راجع به بیماری صحبت کنیم فقط به بیماری‌های تن و روان نمی‌اندیشیم؛ بلکه پیروی از هوای نفس، گناه، کینه‌توزی و بدخواهی، غفلت و مانند این‌ها را هم بیماری می‌دانیم حتی خودداری از بعضی از این‌ها را به عنوان پرهیز از بیماری‌های واگیردار مثل تجمّل پرستی، غیبت و ... مورد تأکید قرار خواهیم داد (۴).

در دامنه روایات اسلامی‌به دو دسته عمده روایت برمی‌خوریم که دسته‌ای بیانگر سلامت جسمی‌و دستی دیگر بیانگر سلامت روح است؛ اما آنچه مشهود است روایات اگرچه سلامت جسمی‌را مکمل و مفید برای سلامت روح می‌دانند؛ اما آنچه را سلامت واقعی می‌شمرند سلامت روح است نه جسم. در حدیثی دیگر از نهج‌البلاغه بیان شده است آگاه باشید که فقر نوعی بلا است و سخت‌تر از تنگدستی، بیماری تن و سخت‌تر از بیماری تن، بیماری قلب است. آگاه باشید که همانا عامل تندرستی تن، تقوای دل است (۶). این حدیث مهمترین دلیل علما برای اهمیت سلامت روح در برابر سلامت جسم است و این که مراد از سلامت انسان همان سلامت روح است و جسم در درجه بعدی قرار می‌گیرد.

در فرهنگ قرآن و حدیث خاستگاه و جایگاه سلامت معنوی قلب است البته نه قلب صنوبری و جسمی؛ بلکه حقیقت قلب که با تعابیری چون روح نفس شخصیّت و امثال آن کمابیش هم معنی می‌باشد آنچه به عنوان خاستگاه و جایگاه سلامت معنوی بیان شد شباهت فراوانی با جایگاه روان در حوزه روانشناسی دارد که در آن مغز و اعصاب به عنوان جایگاه و خاستگاه امور روانی معرفی می‌شود بنابراین همانگونه که جسم بیمار



[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]

[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]

می‌شود قلب و روح هم بیمار می‌شود و همان‌گونه که باید در پی علاج جسمانی بود باید روح را نیز معالجه کرد.

پیش از اسلام نیز نخستین بار یک دانشمند مسلمان ایرانی، علی بن ربن طبری، آن هم قریب ۱۲۰۰ سال قبل، ارتقای سلامت جسمی‌را در معنویت و سلامت معنوی می‌دید (۷). با بررسی تاریخی مشخص می‌شود که مدارس طبی ایران باستان به تربیت سه گروه طبیب می پرداختند که شامل شفادهندگان با اصول روحانی، شفادهندگان با قانون و شفادهندگان با چاقو بودند. پزشکان روحانی از نظر تحصیلات در سطح بالاتری از دو دسته دیگر بوده و با به کار بردن کلمات مقدّس به بهترین وجه قادر به معالجه و خارج کردن بیماری از بدن بوده‌اند. بدین طریق بیشتر پزشکان معتبر دوران خلفای اسلامی‌نیز از الهیّات اطلاع داشتند و روحانیون نیز غالباً از معلومات پزشکی بی بهره نبودند (۸). علاوه براین ستّه ضروریّه (شش اصل ضروری برای پیشگیری از بیماری) که در منابع طب سنّتی به آن توجه و تأکید شده‌است عبارت بودند از: ۱. هوا و تدبیر فصول سال بهداشت هوا، ۲. تدبیر مأکول و مشروب یعنی رعایت موازین بهداشتی و اعتدال در خوردنی ها و آشامیدنی ها، ۳. تدبیر خواب و بیداری، ۴. تدبیر استفراغ و احتقان: خروج مواد زائد از بدن به طرق مختلف، ۵. حرکت و سکون: فعالیت های جسمی‌ورزش و استراحت و ۶. اعراض نفسانی: حالات روحی و روانی مثل شادی، غم، خجالت، اندیشه و... (۴).

یکی از این اصول شش گانه که شرح شد عبارت بود از اعراض نفسانی که به صراحت به سلامت روحی و روانی انسان اشاره می‌کند. این بعد مهم از سلامت بخش مهمی‌از روایات اسلامی‌را به خود اختصاص داده چنانچه مبدل به منبع اصلی نظریات دکتر اصفهانی نیز شده‌است.

اصطلاح سلامت معنوی منحصر به آیات و روایات اسلامی‌نشد؛ بلکه در بازه زمانی سال ۱۹۷۹ میلادی توسط سازمان بهداشت جهانی به عنوان رکن چهارم سلامت مطرح شد و در معاهده کپنهاک برای توسعه اجتماعی مورد توافق دولت های اروپایی قرار گرفت. نگاه سازمان بهداشت جهانی به انسان از آن جهت که انسان را نشناخته و ابعاد وجودی آدمی‌را، روح و روان جسم او را به درستی نمی‌شناسد، قابل تأمل است. در این شرایط زندگی انسان را محدود به زندگی همین دنیا می‌داند و درنتیجه در تعریف سلامت نیز همان نوع نگاه را رعایت می‌کند (۹).

در چندسال اخیر به خصوص از سال ۱۹۹۸ میلادی به بعد، تدریجاً در نشریات سازمان بهداشت جهانی نیز پس از حدود ۵۰ سال غفلت، نشانه‌هایی از توجه به بُعد سلامت معنوی دیده شده است. در سیاست‌گذاری‌های اجتماعی نیز، یک دهه پیش، تمامی‌دولت‌های اروپایی، بیانیه کپنهاگ را درمورد رشد اجتماعی امضاء کردند و متّحد شدند به نیازهای معنوی مردمشان بپردازند و سیاست‌هایشان را به سمت بینش سیاسی، اقتصادی، اخلاقی و معنوی برای رشد اجتماع سوق دهند. اخیراً نیز بر بعد معنوی سلامت در منشور بانکوک تأکید شد. سازمان بهداشت جهانی هم بر توجه به عقاید و اعتقادات بیماران در التیام بخشی تأکیدکرده است (۱۰).

سلامت معنوی در نگرش دینی با سلامت معنوی در نگرش غیر دینی متفاوت است چون نگاه دینی مبتنی است بر جهان‌بینی توحیدی و الهی و در این دستگاه نوع نگاه به بلوک‌های سازنده سلامت معنوی متفاوت است ولی در نگاه مادی و اومانیستی مبتنی است بر جهان‌بینی غیر توحیدی و بعضاً غیر الهی به همین دلیل سلامت معنوی معنا و رویکرد متفاوتی پیدا می‌کند.

سلامت معنوی در اصطلاح پزشکی با رویکرد مادیگرا، فرایندی است که با بهره‌گیری از آن می‌توان به درمان بیماران جسمی‌کمک کرد، ولی در اصطلاح غیرپزشکی یا پزشکی معنی‌گرا، سلامت معنوی فرایندی است که علاوه بر بهره‌گیری در درمان جسمی‌بیماران، می‌تواند در درمان روحی و روانی بیماران نیز مفید باشد و از آن بالاتر می‌تواند شرایطی را در جامعه پدید آورد که سلامت اجتماعی را نیز افزایش دهد و در نهایت به کمال و تعالی همه جانبه انسان و انسانیّت کمک کند (۱۱).

بسیاری از پدیده‌های زیست‌شناختی و زیست‌شیمیایی را فقط می‌توان ناشی از دخالت خدا یا آفریننده دانست. در سالیان اخیر ریبرن و ریچموند (۱۹۹۸ میلادی و ۲۰۰۰ میلادی) زیست‌شناسی و دین را پیوند داده و از آن با اصطلاح تئوبیولوژی یاد کرده‌اند این دیدگاه که درصدد بررسی نظام‌مند مبنای زیست‌شناختی همه صُور حیات دینی در همه ارگانیسم‌ها از جمله انسان است بدان‌جا گسترش خواهدیافت که به دنبال امتیاز زیستی باشد که معنویّت و سلامت معنوی می‌تواند به انسان معنوی پیشگیری از بیماری‌ها و ارتقای جسمی‌سلامت او اعطا کند. پژوهش‌های علمی‌نشان داده که ممکن است ریشه و علت بسیاری از ناتوانی‌های جسمی، نابسامانی-های فکری و عاطفی باشد. مثلاً امروزه معتقدند که دلهره‌ها و ناراحتی‌های فکری می‌تواند عامل مهمی‌در ایجاد زخم‌های معده باشد (۱۲). بنابر آنچه ذکر شد، سلامت معنوی از دو جهت قابل توجیه و بررسی می‌باشد:

## سلامت معنوی با نگرش دینی

سلامت معنوی در نگاه دینی جایگاه وسیع تر و گسترده‌تری را دارا می‌باشد. سلامت در این نگاه، تنها محدود به جسم انسانی نیست؛ بلکه علاوه براینکه جسم او مهم است روح او نیز دارای اهمیت می‌باشد و همانگونه که جسم مریض می‌شود روح هم مریض می‌گردد و همانگونه که درمان جسم نیازمند پزشک و دارو و تجویزهای خاص می‌باشد روح انسان



[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]
[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]

نیز نیازمند پزشک و دارو می‌باشد. در این نگاه سلامت معنوی علاوه بر آنکه می‌تواند در خدمت سلامت جسمی‌قرار بگیرد دارای هویّت و شخصیّت مستقل نیز می‌باشد (۱).

این دیدگاه که از آن با عنوان سلامت مذهبی یاد شده است دو سو دارد: ۱. احساس راحتی آرامش درونی امید و معنابخشی به زندگی ۲. سایه‌ای که عقاید مذهبی بر سوی بر روی سایر جنبه‌های سلامتی دارد مانند: برخوردار بودن از نعمت های الهی، جستجوی نور معرفت، توجه به احکام الهی و غیره.

## سلامت معنوی در نگاه اومانیستی

در نگاه مادّی و اومانیستی انسان موجودی است تک‌ساحتی که از مادّه تشکیل شده است و تمامی احساسات و عواطف و حتی مسائل روانی و معنوی در این دیدگاه نوعی ارتباط و علاقه با بعد مادّی انسان پیدا می‌کند به همین دلیل معتقدند ریشه مسائل روانی در جسم و عصب انسان ها نهفته است و اگر سخنی هم از معنویت به میان می‌آید با معنویّتی که در نگاه دینی مطرح است کاملاً متفاوت می‌باشد. در این نگاه معنویّت تنها شامل هنجارها، عکس العمل‌ها و عناصری می‌شود که با استفاده تن، روان بیمار را تحت تأثیر قرارداد تا بتواند در مقابل بیماری‌های جسمی‌مقاومت کند حال آن عناصر می‌تواند حقیقی و باشد یا غیرحقیقی، اصیل باشد یا غیراصیل، خرافی باشد یا غیرخرافی (۱).

آنچه در این مطالعه بررسی شده شامل دو بخش آثار دکتر اصفهانی اعم از کتاب، مقاله، جزوه، فایل صوتی سخنرانی و مقدمات نگارش‌شده توسط ایشان بر سایر تألیفات که بالغ بر ۱۴۲ مورد بوده و دیگری استخراج نظرات ایشان حول محور سلامت بوده که فهرست تفصیلی آن در جدول زیر آمده‌است:

**جدول. مفاهیم سلامت و راه‌های دستیابی به آن در آثار دکتر اصفهانی**

| عنوان | توضیحات |
|---|---|
| اشاره و تأکید به حیات معنوی انسان در تمام ادیان الهی به‌ویژه اسلام و یاد کردن از گناه و بی‌تقوایی به عنوان بیماری روح و دل | اگر آنچه را که در تعریف سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانیآمده است در محدوده هماهنگ با نظام اعتقادی محصور کنیم تعریف جدیدی از سلامت ارائه داده‌ایم که رفاه جسمی‌روانی و اجتماعی را در همسویی با آموزش‌ها و رهنمودهای اسلامی‌که ضامن حرکت تکاملی و سلامت روحی است به عنوان سلامت شناخته‌ایم و وقتی می‌خواهیم راجع به بیماری صحبت کنیم فقط به بیماری های تن و روان نمی‌اندیشیم بلکه پیروی از هوای نفس، گناه، کینه‌توزی و بدخواهی، غفلت و مانند اینها را هم بیماری می‌دانیم؛ حتی پرهیز از بعضی از این‌ها را به عنوان خودداری از بیماری‌های واگیردار مثل تجمّل پرستی، غیبت و... مورد تأکید قرار خواهیم داد (۴). |
| تأثیر حالات مثبت و منفی روحی و روانی بر سلامت جسمی | به همان نحو که حالات نامطلوب جسمی، روانی و اجتماعی اثرات ناخوشایندی بر یکدیگر دارند، حالات مطلوب و خوشایند جسمی، روانی و اجتماعی نیز اثرات خوبی بر یکدیگر می‌گذارد (۴). |
| درجه بندی سلامت و بیماری | با توجه به درجات و مراتب سلامت، بیماری هم درجات و مراتبی دارد (۴). |
| سلامت ایده آل و راهکارهای اسلام برای تحقّق آن | سلامت ایده‌آل مورد نظر، سلامتی است کامل، همه جانبه، شفابخش و مهمتر از همه رو به تکامل و تزاید و در بردارنده سلامت دنیا و آخرت، و طبیعی است تلاش در دستیابی به چنین نعمت ارزشمند و بنیادینی کاملاً مورد توجّه و تأکید و حمایت آئین نیکبختی دو سرای باشد و برای تحقق آن، راهکارهای ویژه خواه در قالب احکام تکلیفی حلال و حرام، مستحب، مکروه، مباح و خواه در قالب توصیه‌ها و رهنمودها و خواه در قالب اصول و قواعد فقهی و نظام فکری و زیربنایی اندیشه اسلام و نظام اجتماعی آن پیش‌بینی و ارائه شده باشد (۴). |
| علل بروز بیماری‌های روانی و به تبع آن بیماری‌های جسمی | نگرانی‌ها، اضطراب و عصبانیت، ناآرامی‌و تحریک اعصاب از عوامل مهم پیدایش بیماری‌های قلبی به خصوص در دنیای امروز می‌باشد. فاصله گرفتن از معنویّت، احساس بی‌پناهی، فقدان روحیه توکّل و توسّل، بسیاری از مردم را در معرض بیماری های قلبی و عروقی قرار داده است (۴). |
| شرایط تحقّق سلامت روانی | سلامت روانی هنگام وجود دارد که انسان رفتار صحیح و متناسب با جامعه خود داشته باشد. این رفتار برخاسته از اندیشه منطقی و واقع‌گرا، درک صحیح و عکس‌العمل مناسب است؛ لذا فرد سالم با جامعه رابطه سالمی‌برقرار می‌کند (۴). |
| مشخّصات افراد مبتلا به بیماری‌های روانی | افرادی که دچار بیماری‌های روانی می‌شوند غالباً نشانه های زیر را از خود ظاهر می‌کنند: ۱. فرار از واقعیت‌ها که بیشتر به صورت شرم بیش از اندازه و در خود فرورفتن و به خیالات پناه بردن و عدم توانایی در تصمیم‌گیری دیده می‌شود، ۲. خودخواهی و زیاده‌خواهی، ۳. حالت بدبینی و رفتار تهاجمی، ۴. سرسختی و لجاجت، ۵. تشویش خاطر و ۶. افسردگی و اندوهگینی و تغییر حالات و رفتار (۴) |
| ارتباط بیماری‌های جسمی‌و روان‌تنی با یکدیگر | بسیاری از بیماری‌های جسمی‌در حقیقت بیماری‌های روان‌تنی هستند یعنی اگر چه تظاهر آنها در بدن بیمار دیده می‌شود اما ریشه و منشا ناخوشی روانی است. بیماری های روان‌تنی سهم بیشتری در مجموعه بیماری‌ها دارد که به نظر می‌رسد این گونه بیماری‌ها بیش از ۳۰ درصد موارد بیماری است. بیماری های روانی درمان پذیرند؛ در درمان بیماری‌های روانی علاوه بر به‌کارگیری روش‌هایی که با بازشناسی تکیه‌گاه‌های معنوی و خدایابی توأم است، از رفتار درمانی، گروه درمانی، دارو درمانی و حتی ایجاد شوک الکتریکی و غیره نیز استفاده می‌شود. (۴). |

[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]

[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]

**ادامه جدول. مفاهیم سلامت و راه‌های دستیابی به آن در آثار دکتر اصفهانی**

| عنوان | توضیحات |
|---|---|
| راهکارهای پیشگیری از بیماری‌های روانی | نکته‌ها و توصیه‌هایی در مورد بهداشت روانی و پیشگیری از بیماری‌های روانی:<br>**۱. ارزش انسان**<br>اگر انسان ارزش وجودی خود را بداند و باور داشته باشد که در نظام آفرینش جایگاه ممتازی دارد چنانکه در حدیث قدسی «خلقت الاشیا و خلقتک لاجلی» به آن اشاره کرده‌ایم این اعتماد به نفس و دانستن ارزش خود به او کمک می‌کند که زندگی خود را به بیهودگی در معرض پوچی، انحراف و اعتیاد قرار ندهد.<br>**۲. توکّل**<br>امیرالمؤمنین می‌فرماید: هر کس بر خدا توکل کند سختی‌ها بر وی آسان می‌شود و اسباب‌ها برای او فراهم می‌شوند و در جایگاه راحت و وسعت و کرامت قرار می‌گیرد<br>**۳. تدابیر و برنامه‌ریزی صحیح در زندگی**<br>در برنامه‌ریزی صحیح، انسان ضمن بررسی امکانات، فرصت‌ها، تهدیدها، نقاط ضعف و نقاط قوّت، عاقلانه و منطقی در مورد کارهایی که باید انجام دهد تصمیم می‌گیرد؛ زمان و نتیجه کار را در مراحل مختلف بررسی می‌کند و هر جا که لازم باشد روش خود را اصلاح می‌کند. از حضرت رسول اکرم نقل شده است که من بر امت خود بیم فقر ندارم اما از سوء تدبیر و برنامه‌ریزی نادرست آنها بیمناکم.<br>**۴. تلقین رضامندی به خود**<br>احساس رضایت به معنای توقّف در فعالیّت نیست؛ بلکه انسان هم‌زمان که برای ارتقاء سطح زندگی تلاش می‌کند، هیچگاه به خاطر آنکه همه چیز یک جا مهیآ نشده، دچار اندوه و یأس نمی‌شود.<br>**۵. امید مایه حرکت و نشاط**<br>**۶. قناعت و انتظارات منطقی**<br>**۷. پرهیز از اندوه و کنترل خشم**<br>غم به عنوان نصف پیری، سلامت جسم و روان را به خطر می‌افکند و خشم نیز با تغییراتی در وضعیت بدن، سلامت انسان را به طور جدّی تهدید می‌کند.<br>**۸. تفریح و شوخ طبعی (۴).** |
| سلامت واقعی در گرو تحقّق سلامت معنوی و تقوا | انسان تا از معنویّت و تقوا برخوردار نباشد، در حقیقت سالم نیست و نیز ممکن است انسان در بعضی جنبه‌ها سالم نباشد امّا در جنبه‌های دیگری از سلامت برخوردار باشد و بتواند با بهره‌گیری از این جنبه‌ها، استفاده لازم را از زندگی برای خود و دیگران فراهم سازد (۱۴). |
| نقش روحیه‌دادن از جهت معنویّت در تحقّق سلامتی بیمار | بعضی از مطالعات جدید در خارج از کشور و برخی پژوهش‌های انجام شده در داخل کشور نشان می‌دهد هنگامی‌که به انسان روحیه معنوی داده می‌شود مثلاً با بیان داستان‌ها و فیلم‌های تهیه شده از داستان‌های مذهبی و انجام واجبات و مستحبّات ،میزان ایمونوگلوبین A در ترشحات بدن افزایش می‌یابد؛ همچنین نقش بعضی از واسطه‌های عصبی مثلاً آنکفالین در فعال‌کردن لنفوسیت‌های گروه T و ارتباط ترشح آنکفالین با حالت روحی شخص بسیار جالب و در عین حال از نظر علمی‌حائز اهمیت است. تحقیقات جدیدی که در مورد دعا درمانی و نقش رفتارهای مذهبی از جمله روزه شرعی در پیشگیری و درمان بیماری‌ها صورت گرفته و می‌گیرد گاهی مستقیماً و گاهی به صورت غیرمستقیم از نقش روحیه در فعّال‌سازی و تقویت سیستم ایمنی حکایت می‌کند (۱۴). |
| نقش نماز در کاهش اثرات بیماری‌های جسمی‌و روانی | از برکات ناگفته یا کمتر مورد بررسی قرار گرفته نماز، نقش نماز در شفای بیماری‌های روان و تن و یا کاهش اثرات ناگوار بیماری-های جسمی‌و روانی است. در احادیث معصومین علیهم‌السلام مواردی دیده می‌شود که به استشفاء از نماز توصیه شده و حتی از حضرت رسول اکرم مشخصاً به نماز شب به عنوان دفع کننده درد ها و بیماری‌ها از بدن، سخنانی نقل شده است (۱۵). |
| نقش نماز در کاهش اثرات بیماری‌های جسمی‌و روانی | برخی از نویسندگان با بهره‌گیری از مطالعات و تحقیقات انجام شده به بررسی اثرات روانی وضو پرداخته‌اند؛ در ضمن اثرات فیزیولوژیک آن را نیز مطرح کرده‌اند و اشاره می‌کنند که شستن قسمت‌هایی از بدن آن هم روزی چند بار با فواصل خاصی از کار و زندگی روزانه، به موجب استراحت و آرام‌سازی عضلات و تخفیف تشنجات جسمی‌و روانی انسان می‌شود.<br>با تکرار نقش نماز در ترشح آنکفالین از هیپوفیز و فضای بین بطن ۳ و ۴ مغز انسان به صورت شرطی و به هنگام برپایی نماز؛ اضافه می‌کنیم که نقش آنکفالین در فعال‌سازی سیستم ایمنی بدن از طریق تحریک فعالیّت سلول‌های سیتوتوکسیک مبیّن اثر نماز در تقویت سیستم دفاعی بدن است (۱۵). |
| نقش وضو در کاهش اثرات بیماری‌های جسمی‌و روانی | در مستحبات وضو، مسواک‌کردن سه بار، مضمضه کردن یعنی آب پاکیزه به درون دهان بردن و دهان را با آب شستن و بیرون ریختن آن و نیز سه بار استنشاق یعنی بالا کشیدن آب به درون بینی و به بیرون ریختن توصیه‌شده که اهمیّت این اقدامات بهداشتی در زمان ما پوشیده نیست. به عنوان مثال در مطالعه‌ای که درباره استنشاق آب به درون‌بینی توسط گروهی از متخصصان طی سه تحقیق علمی در دانشکده پزشکی دانشگاه قاهره صورت‌گرفته اشاره می‌کنیم که بینی علیرغم داشتن ترکیباتی مانند لیزوزیم و بعضی اسیدهای چرب آزاد با اثر ضدباکتریایی مشخص، کانونی از تجمّع مواد معلّق در هوا و انواع باکتری‌ها است. در مطالعات عدیده حتی این باکتری‌ها در پیدایش عفونت‌های بیمارستانی بررسی شده است. (۱۵). |

[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]

[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]

**ادامه جدول. مفاهیم سلامت و راه‌های دستیابی به آن در آثار دکتر اصفهانی**

| عنوان | توضیحات |
|---|---|
| نقش اذان در کاهش اثرات بیماری‌های جسمی‌و روانی | براساس برخی مطالعات جدید پاسخ‌های ایمنی در بدن انسان می‌توانند به صورت شرطی عمل کنند و برای مثال ممکن است شنیدن صدای اذان با ترشح آندورفین‌ها همواره توأم شود. لازم به ذکر است که آندورفین ها سبب تسکین درد می‌شوند، این مواد به عنوان واسطه‌های عصبی با مسدود کردن راه های انتقال درد در مغز و نخاع، مانع انتقال تکانه های درد می‌گردند. احساس مطبوعی که به دنبال شنیدن صدای اذان در نمازگزار پیدا می‌شود با ترشح آندورفین‌ها یا آنکفالین همراه است. نکته بسیار جالب دیگر نقش آنکفالین در فعّال‌کردن سیستم ایمنی و فعالیت سلول‌های دسته سیتوتوکسیک است. (۱۵). |
| نقش آیات قرآن در کاهش اثرات بیماری‌های جسمی‌و روانی | به دنبال برخی مطالعات پراکنده سرانجام یک گروه از روان‌پزشکان در کلینیک آلبر در ایالت فلوریدای آمریکا با بهره‌گیری از پیشرفته‌ترین سامانه مجهز به رایانه با عنوان مداک ۲۰۰۲ م نشان داده‌اند که شنیدن آیات قرآنی حتّی برای بیمار غیرمسلمان گرفتار افسردگی و ناآشنا به زبان عربی موجب دگرگونی‌های مهم در جهت اصلاح تغییرات امواج الکتروکاردیوگرافی، الکترومیوگرافی و الکتروانسفالوگرافی و شدّت جریان خون و ضربان نبض و ... می‌شود (۱۶). |
| رابطه اوقات پنجگانه نماز با ترشح هورمون‌های بدن انسان | مطالعات پراکنده و مکرّر نشان داده‌است که ترشّح بسیاری از هورمون‌ها به صورت دوره‌ای و متناوب است یعنی در طی مدت ۲۴ ساعت به صورت یکنواخت ترشّح نمی‌شود بلکه بعضی از هورمون‌ها بیشتر در ساعات اولیه شب و برخی بیشتر در نیمه شب برخی در فاصله بین طلوع فجر و طلوع خورشید صبحگاهی ترشّح می‌شوند (۱۵). |
| رابطه اوقات پنجگانه نماز با ساعات خواب و استراحت انسان | استراحت و خواب در ساعات اولیه تاریکی شب بعد از وقت نماز عشاء در مقایسه با ساعات پایانی شب برای تقویت قوای جسمی و روحی و ترمیم و بازسازی در بدن (آنابولیسم) بسیار مؤثرتر است. در این ساعات سطح هورمون رشد در خون به بالاترین میزان می‌رسد؛ توصیه اسلامی‌به خواب اول شب و بیداری ساعات پایانی شب و تأکید بر بیداری بین الطّلوعین که با زمان افزایش سطح هورمون‌های استرس زا مانند کورتیزول، آدرنالین، گلیکوکورتیکوییدها و... ) مقارن است (۱۵). |
| بعد جسمانی انسان در خدمت سلامت معنوی | اگر چه آدمی‌از دو بخش تن و روح ساخته شده مع‌الوصف این دو بخش یک حقیقت یک پارچه را به نام انسان شکل داده است به عبارت دیگر در زمان حیات میان این دو جدایی واضحی وجود ندارد بخش جسمانی به عنوان قالب و مرکبی است که روح با پیوستگی با آن در مسیر تکامل یا سقوط معنوی حرکت می‌کند لذا تا حیات جسمانی نباشد رشد و تکامل معنوی معنا پیدا نمی‌کند و البتّه اگر این جسم از حد ضروری سلامت و توانایی بهره مند نباشد، انجام وظایف و به دنبال آن ارتقاء معنوی میسر نمی‌شود؛ لذا برخلاف تصور اندیشه‌های محدودنگر، اولیا خدا تن را سالم و پرتوان خواستند اما سلامت و توانی که در مسیر بندگی خدا به کار آید (۱۷). |
| مفهوم بهداشت | مفهوم بهداشت در زمان ما تأمین سلامت را در سه بعد جسمی‌روانی و اجتماعی در بر می‌گیرد؛ به عبارت دیگر بهداشت به مجموعه اقداماتی اطلاق می‌شود که در نتیجه آن‌ها، هم از بیماری‌ها و ناتوانی‌ها، پیشگیری می‌شود و هم رفاه جسمی‌و اجتماعی را به طور فزاینده‌ای تأمین می‌کند (۱۵). |
| بعد جسمانی انسان در خدمت سلامت معنوی | انسان موظف است از حیات و سلامت خود پاسداری کند، موظّف است وسیله آسایش خود را فراهم کند. این وسیله آسایش مسکن، غذا، پوشاک، تفریحات سالم و ... است. اما این به آن معنا نیست که انسان باید به طور کامل خودش را در خدمت جسمش و زندگی حیوانی اش قرار دهد. بلکه باید جسم و زندگی حیوانی‌اش را حفظ کند و آن را در خدمت تکامل معنوی و رشد انسانیّت به کار گیرد (۱۸). |
| نواقص تعریف سلامت از دیدگاه سازمان بهداشت جهانی | در این تعریف یک نقص بزرگ وجود دارد و آن این است که نمی‌توان نیازهای انسان به سلامت را در این تعریف خلاصه کرد؛ زیرا انسان این فرق بزرگ را با حیوانات دارد که زندگی او با مرگ به پایان نمی‌رسد بلکه مرگ او ورود به شکل دیگری از زندگی در دنیای دیگر است. لذا علاوه بر جنبه های جسمی، روانی و اجتماعی به جنبه بسیار مهم روحی و معنوی او نیز باید توجّه داشت (۱۸). |

## بحث و نتیجه‌گیری

براساس مطالعات انجام شده در این پژوهش می‌توان چنین استنباط کرد که در مطالعات پیشین و منابع حوزه بهداشت و سلامت، سلامت معنوی نیز همچون آسایش جسمی، روانی و اجتماعی، لازمه دستیابی به سلامت عنوان شده است. با تأکید بر آثار بررسی شده دکتر اصفهانی در پژوهش حاضر، اگرچه سلامت جسمانی از اهمیّت قابل توجّهی برخوردار و بر سلامت روح تأثیرگذار است؛ اما آنچه روح انسان را به تعالی می‌رساند معنویّت و حرکت در مسیر آموزه‌های دینی می‌باشد. از آنجا که حیات دنیوی انسان در اسلام محدود و روح او جاودانه و در مسیر کمال توصیف‌شده؛ لذا سلامت روحی از اهمیّتی بیش از سلامت جسمی‌برخوردار می‌باشد و کسب سلامتی آن مستلزم عمل‌کردن به آموزه‌های دینی، قرآن و روایات و احادیث می‌باشد. چنانچه ایشان اشاره کرده‌اند تمامی‌ادیان الهی به ویژه اسلام و روایات اسلامی‌و احادیث به این امر توجّه اساسی کرده و تمامی‌آموزه‌های لازم را برای دست‌یافتن به این بعد از سلامت که سلامت روح نام دارد در قالب احکام حلال، حرام، مستحبّ و مکروه در اختیار انسان‌ها قرار داده‌اند. دکتر اصفهانی این بعد از سلامت را سلامت معنوی نامیده و آن را بی‌واسطه تحت تأثیر خلقیّات و ایمان و تقوای الهی انسان‌ها می‌داند.



[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]

[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]

وی ضمن اشاره به دیگر عوامل زمینه‌ساز بیماری روحی، از رذایل اخلاقی همچون گناه، غرور و تکبّر نیز با عنوان بیماری یادکرده و حتی آن‌ها را زمینه ساز بروز برخی بیماری‌های جسمی‌معرفی کرده است و تنها راه رهایی از آن‌ها را اطاعت از امر خداوند و تقوای الهی و دوری از گناه می‌داند و توسّل به معنویّت را راه حل مناسب و جامع و کاملی برای دستیابی به این جنبه از سلامت می‌دانند.

## تقدیر و تشکر

از تمامی استادان و همکاران ارجمند به ویژه دکتر محسن ناصری، سرکار خانم دکتر الهام عمارتکار رئیس محترم دانشکده، سرکار خانم وجیهه نامی، سرکار خانم غلامی و سرکار خانم فاطمه محمّدی که ما را از راهنمایی و کمک خویش بهره‌مند ساختند، صمیمانه سپاسگزاری کرده و سلامتی و موفقیّت آنان را از درگاه ایزد متعال خواهانیم.

## منابع

1. Abolqasemi M. Conceptology of spiritual health and its scope in religious attitude. Quarterly Journal of Medical Ethics 2012; 6(20): 46-68.
2. Dehkhoda A. Dehkhoda dictionary. Tehran: Tehran University; 2006 [In Persian].
3. Yazdi V, Seif aldini R, Qandi M, Mehr alhasani MH. Definition of health from the point of view of the World Health Organization. Epidemiology of Iran 2017; 5(13): 155-165.
4. Isfahani M. Health Ritual. Tehran: Tandis; 2007 [In Persian].
5. Marzband R, Zakavi A. Indicators of spiritual health from the perspective of revelation teachings. Medical ethics 2012; 6(20): 69-99.
6. Sadat Hoseini A, Alhani F, Khosro Panah A, Behjat pur A. Wise health, the concept of health based on Islamic texts. Quarterly Journal of Medical Jurisprudence 2010; 4(11-12): 48-96.
7. Isfahani M. spiritual health and perspectives. Quarterly Journal of Medical Ethics 2010; 4(14): 42-49.
8. Elgod S. Iranian Medical History and the Lands of the Eastern Caliphate. Translated by: Bahr Ferghani. second edition. Tehran: Amir Kabir Publications; 1992 [In Persian].
9. Esmaeili M, Fani M, Karamkhani M. Conceptual structure of spiritual health in Islamic sources. Research in religion and health 2016; 3(1): 91-101.
10. Omidvari S. Health concepts and challenges. Specialized Quarterly Journal of Interdisciplinary Qur'anic Researches 2008; 1(1): 5-17.
11. Taqvayi M. Hayat tayyebeh. Tehran: Farnam; 2020 [In Persian].
12. Abbasian L, Abbasi M, Shams E, Meemarian Z. Scientific study of the place of spiritual health and its role in disease prevention. Quarterly Journal of Medical Ethics 2010; 4(14): 84-104.
13. Mesbah M. Spiritual health from the perspective of Islam. Tehran: Legal; 2013 [In Persian].
14. Isfahani M. Nutritional hygiene fasting. Tehran: Jahan Rayaneh Kowsar; 2019 [In Persian].
15. Isfahani M. Prayer, Prayer of love and Healing of Mind and Body. Tehran: Setad Eqameh Namaz; 1995 [In Persian].
16. Isfahani M. Mosque hygiene. Tehran: Namaz; 2009 [In Persian].
17. Isfahani M. Exercise for the health of body and soul. Tehran: Iran University of Medical Sciences; 1996 [In Persian].
18. Isfahani M. Ethics and welfare regulations .Tehran: Vice President of Student, Cultural, Legal Affairs and Parliament; 1996 [In Persian].

**Opinion**

# The Concept of Spiritual Health in Dr. Isfahani's Publications

Mohsen Rostami[1], Hasan Namdar[2*]

1. M.Sc, Master of History of Medical Sciences Faculty of Iranian Medicine, Shahed University, Tehran, Iran
2. ⁎**Corresponding Author:** MD-PhD, Specialized doctorate in Iranian medicine Faculty of Iranian Medicine, Shahed University, Tehran, Iran, h.namdar@shahed.ac.ir

## Abstract

**Background:** Nowadays, people suffer from lack of complete health. Despite the World Health Organization's attention to this matter and assigning an independent definition to health and its dimensions, no comprehensive definition has been considered for this concept to date, so that a comprehensive and practical program can be presented to achieve the health of people in the society accordingly. Reviewing medical and Islamic texts and the works of thinkers, including the works of Dr. Isfahani shows that this issue has been addressed and a special place has been considered for spiritual health. Due to the importance of this issue, this study has endeavored to compare the concept of spiritual health in his works with what is mentioned in similar studies, and to discuss the strategies for achieving spiritual health and comprehensive health based on his works.

**Methods:** The present descriptive-analytical research was conducted in a qualitative way and via searching the works of Dr. Esfahani and the theories of other thinkers as well as Islamic texts, to reach and present a comprehensive definition of spiritual health based on his works.

**Results:** In Dr. Isfahani's authored works on health, he refers to the concept of spiritual health and addresses its independent and special place next to other elements of health. While emphasizing the importance of spiritual health, he believes it can be achieved through the practice of Islamic teachings.

**Conclusion:** Based on the studies of Dr. Isfahani, while emphasizing the superiority of spiritual health over other elements of health, he introduces the teachings of Islam as a comprehensive guide to achieve this important goal.

**Keywords:** Health, Islam, Spiritual Health

[ Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-22 ]

[ DOI: 10.22034/7.4.5 ]