Original Article

The principles of spiritual health in the Quran

Yousofi H[1*], Marzieh Abdolkarimi-Natanzi M[2], Nesaei Barzoki H[1]

1- Department of Islamic Studies, Kashan University of Medical Sciences, Kashan, I.R. Iran.
2- Master Science-Seminary Resereher, Kowsar School of Theology, Kashan, I.R. Iran.

Received: 2019/01/12 | Accepted: 2019/07/27

Abstract:

Background: Although World Health Organization (WHO) has no unified definition of the spiritual health, but phrases such as "effect of the human spiritual on the body" and "regard to religious practices" are the most acceptable approaches among the researchers. Research denotes that Holy Quran consists of approaches to acquire the peaceful heart in present life and the permanent health in hereafter. Accordingly, the study on spiritual health in Quran was carried out.
Materials and Methods: The verses related to the soul, heart, man, God, resurrection and so on were searched in Jame-Al-Tafasir software and texts and the verses related to spiritual health were selected and studied.
Results: A bunch of verses was about observes the introduction of human truth and its evolutionary strategies (anthropology), a bunch of verses was about knowledge of God and his attributes (theology), and the other category are the end of man and his eternal life (resurrection).
Conclusion: Addressing spiritual health in the Quran will lead to the recognition of the truth of man and his attainment of the true perfection and comfort of the world and the hereafter. The Holy Quran has clearly articulated these foundations and strategies for achieving spiritual health.

Keywords: Health, Spirituality, Quran, Principles of health, Spirituality health

***Corresponding Author:**
Email: ha_usofi@yahoo.com
Tel: 0098 913 361 1121
Fax: 0098 315 557 8008

Conflict of Interests: ***No***

Feyz, Journal of Kashan University of Medical Sciences, Supplement, 2020; Vol. 23, No 7, Pages 810-816

Please cite this article as: Yousofi H, Marzieh Abdolkarimi-Natanzi M, Nesaei Barzoki H. The principles of spiritual health in the Quran. ***Feyz*** 2020; 23(7): 810-6.

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

مبانی سلامت معنوی در قرآن

حبیب‌الله یوسفی [1*]، مرضیه عبدالکریمی نطنزی [2،3]، حسین نسائی برزکی [4]

خلاصه:

سابقه و هدف: سلامت معنوی مفهومی است که سازمان بهداشت جهانی در تعریف آن به نظر واحدی نرسیده؛ اما «اثرگذاری معنویت انسان بر جسمش» و «رعایت آداب دینی مؤثرترین عامل تحقق سلامت معنوی» گزاره‌هایی است که مورد قبول اکثر محققان است. تحقیقات حاکی است قرآن کریم حاوی راهکارهایی مبنی بر تحصیل قلب سلیم در دنیا و موجب سعادت و سلامت ابدی در آخرت می‌باشد. با این هدف، بررسی مبانی سلامت معنوی در قرآن مورد مطالعه قرار گرفت.

مواد و روش‌ها: در این تحقیق، آیات مربوط با روح، نفس، انسان، خدا و معاد در نرم‌افزار جامع‌التفاسیر جستجو و با مراجعه به کتب تفسیر، آیات مرتبط با مبانی سلامت معنوی استخراج و ارائه شد.

نتایج: بخشی از آیات با معرفی حقیقت انسان و راهکارهای تکامل او (انسان‌شناسی)، بخشی با شناخت خدا و صفات او (خداشناسی) و بخشی دیگر با بیان سرانجام زندگی انسان (معادشناسی) مبانی سلامت معنوی و سعادت ابدی انسان را تبیین نموده‌اند. به‌علت کثرت آیات در هر بخش، نمونه‌ی آیاتی که با سلامت معنوی بیشتر مرتبط بودند، مورد مطالعه قرار گرفتند. توجه به این آیات، انسان را در صراط مستقیم الهی قرار داده، زندگی را هدفمند و گوارا می‌کند.

نتیجه‌گیری: پرداختن به سلامت معنوی از منظر قرآن منجر به شناخت حقیقت انسان و دستیابی او به کمال و آسایش در جهان و آخرت خواهد شد. قرآن کریم راه‌های رسیدن به سلامت معنوی در دنیا و سلامت و سعادت ابدی در آخرت را به روشنی بیان نموده است.

واژگان کلیدی: سلامت، معنویت، قرآن، مبانی سلامت، سلامت معنوی

دو ماه‌نامه علمی – پژوهشی فیض، دوره بیست و سوم، شماره 7، ضمیمه 1398، صفحات 819-813

مقدمه

واژه‌ی «السلام» از ماده‌ی «سلم» و یکی از اسماء الهی است که در قرآن کریم نیز آمده و بنابر گفته‌ی علما، به معنی سالم بودن خداوند از هر عیب و نقص و فناپذیری است [1]. کلمه‌ی «سلامٌ» 22 دفعه و «سلاماً» 9 بار در قرآن آمده و به معنی درخواست سلامتی یا در پناه خدا قرار دادن مخاطب است. در اخلاقیات مسلمین، تأکید بر سلام و وجوب جواب آن بر کسی پوشیده نیست. سلامت نیز از ماده‌ی «سلم» به معنی نبود هرگونه رنج و عیب و نقص است [1]. در تعریف سلامت، بقراط سلامت را در تعادل بین اخلاط چهارگانه (صفرا، سودا، بلغم و خون) و ابن‌سینا «سلامت را در تعادل کارکرد اعضا و اندام‌های مختلف بدن می‌دانست» [2].

1. مربی، گروه معارف اسلامی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

2. پژوهشگر حوزوی، مکتب کوثر، کاشان، ایران

3. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه پیام نور نطنز، نطنز، ایران

4. کارشناس گروه معارف اسلامی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، کاشان، ایران

* **نشانی نویسنده مسؤول:**

گروه معارف اسلامی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان

تلفن: 09133611121 **دورنویس:** 03155578008

پست الکترونیک: ha_usofi@yahoo.com

تاریخ دریافت: 1397/10/22 **تاریخ پذیرش نهایی:** 1398/5/5

براساس تعریف سازمان جهانی بهداشت، سلامت عبارت است از «تأمین رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبودن بیماری و نقص عضو» [3]. تغییرات دنیای امروز و خلأ روانی ناشی از آن، انتقادات جدی را به تعریف سازمان جهانی بهداشت از سلامت، به دنبال داشته؛ تا آن‌جا که در بیانات علمی و پژوهشی اخیر، فراتر از ابعاد سه‌گانه‌ی فیزیکی، روانی و اجتماعی، بُعد معنوی سلامت و نحوه‌ی تأثیر آن بر دیگر ابعاد، مورد بحث و بررسی قرار گرفته است [4]. در تعریفی دیگر، سازمان جهانی بهداشت (WHO) سلامت را «نه‌تنها نبود بیماری یا معلولیت»، بلکه «حالت بهینه‌ی خوب بودن جسمی، روانی و اجتماعی» تعریف کرده است [5]. سلامت انسان، مقوله‌ی پیچیده‌ای است و تنها به تشخیص بیماری‌ها و امراض جسمی و سلامت بدن خلاصه نمی‌شود؛ و ابعاد مختلف دیگری، از جمله سلامت بُعد معنوی انسان را در برمی‌گیرد [6]. مفهوم معنویت با همه‌ی حیطه‌های سلامت در تمام سنین ارتباط دارد [7]. از دیدگاه امام خمینی(ره)، معنویت یعنی آن حالت درونی و روحانی و باطنی انسان که هر کاری را با قصد قرب الهی و کسب رضایت خداوند انجام می‌دهد [8]. می‌توان باور داشت که دیدگاه معنوی روی باورها، نگرش‌ها، ارزش‌ها و رفتارها تأثیر عمیق دارد و بر روی بیوشیمی و فیزیولوژی بدن تأثیر می‌گذارد، این تأثیر روی فکر و بدن به نام تندرستی معنوی نامیده می‌شود [9]. باتوجه به خلأ معرفتی موجود

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

و نیاز جدی به مسائل معنوی و این‌که برخی از صاحب‌نظران بر مبنایی اومانیستی یا ماتریالیستی سلامت معنوی را مطرح کرده‌اند، بررسی مبانی سلامت معنوی از منظر قرآن کریم موضوع مهم و ضروری است که مطالعه‌ی موجود به آن پرداخته است. سلامت معنوی در قرآن، «قلب سلیم و نفس مطمئنه‌ای» است که موجب توکل به خدا و امید به آینده و آرامش در زندگی می‌شود. چنین قلبی در اثر باورهای صحیح و ارتباط درونی با خدا ایجاد شده، می‌تواند خلأ روانی و معنوی انسان را پر کند. در اکثر تعاریفی که برای سلامت معنوی مطرح شده هدف این است که با تکیه بر باورهای درونی بیمار، تاب‌آوری او را در بیماری‌های صعب‌العلاج بیشتر کنند اما به صحیح، یا غلط بودن باورها کاری ندارند و از ماندگاری و ابدیت روح که حقیقت انسان است، غفلت نموده‌اند. درنتیجه قرآن کریم با تکیه بر باورهای صحیح، هم حقیقت انسان را که موضوع سلامت معنوی است، به‌خوبی معرفی فرموده است و هم راه‌های ایجاد سلامت معنوی را در اعتقاد قوی به مبدأ و معاد و عمل براساس آن می‌داند که از مهم‌ترین اصول اعتقادی همه‌ی ادیان آسمانی است و صاحب‌نظران معتقدند باورهای دینی بالاترین تأثیر را بر سلامت معنوی دارند. بنابراین در تحقیق حاضر، شناخت حقیقت انسان و جایگاه و هدف او، شناخت خدا و توجه به اسما و صفات او، معاد و هدف نهایی زندگی انسان به‌عنوان مهم‌ترین مبانی سلامت معنوی مورد بحث و بررسی قرار گرفته‌اند. همچنین فطرت بشر از یک‌سو به دنبال خداجویی و استمداد از نیروی غیبی اوست و از سوی دیگر رفاه‌طلبی و ابدیت‌طلبی دارد که حاکی از آن است که روح با یاد خدا و وعده‌های بهشتی او امیدوار و آرام می‌شود. اما کسانی‌که حقیقت انسان را فقط جسم می‌دانند و با باورهای کاذب به دنبال سلامت معنوی هستند، نخواهند توانست حقیقت سلامت معنوی را به‌خوبی دریافت نمایند و جز بهره‌ی ناچیزی از آن نخواهند داشت. سلامت معنوی، از نیم قرن پیش به‌عنوان یکی از ابعاد چهارگانه‌ی سلامت، مورد توجه و عنایت پزشکان، اندیشمندان و روان‌شناسان قرار گرفته است. این مفهوم، نخستین‌بار در سال 1971 میلادی توسط موبرگ و تحت عنوان «بهزیستی معنوی» مطرح شد [6]. تعریف سلامت معنوی بسیار دشوار است. برای Spiritual Health تعریف واحد وجود ندارد. بدون شک معنی کامل سلامت معنوی منحصر به اثر دعاها و حالات وحی در بهبودی بیماری‌ها و جانشین شدن آن برای درمان‌های رایج طبی و یا طب مکمل نیست [10]. از مطالب فوق استفاده می‌شود که جامعه‌ی پزشکی اقبال خوبی به سلامت معنوی نشان داده است، اما پیچیدگی بُعد معنوی انسان و عدم توجه به روح و مبدأ و معاد و فرهنگ‌های مختلف، موجب شده که هنوز تعریف جامع و مانعی از سلامت معنوی ارائه نشود. بدیهی است تا مباحث نظری و مبانی هر موضوعی تبیین نشود، نمی‌توان به سایر ابعاد آن پرداخت [11]. از طرفی قرآن کریم کتابی است که در همه‌ی امور بشر، بهترین آموزه‌ها را بیان فرموده است. بنابراین جهت استفاده‌ی صحیح از مقوله‌ی سلامت معنوی، ضرورت دارد با اتکا به آیات قرآن کریم ابتدا مبانی سلامت معنوی بررسی شود. بنابراین چیستی مبانی سلامت معنوی در قرآن، سؤال اصلی این تحقیق است که در مطالعات پیشین کسی به آن جواب نداده است؛ بنابراین نتایج به‌دست‌آمده منجر به رفع ابهام از مبانی واقعی سلامت معنوی و نوع تأثیرگذاری آن بر سبک زندگی معنی‌دار می‌شود.

مواد و روش‌ها

این مقاله از بخش اوّل طرح تحقیقاتی شماره‌ی 97147 مصوب با عنوان «سلامت معنوی در قرآن و مکاتب مادی» با کد اخلاقی IR.KAUMS.MEDNT. REC.1397.093 استخراج شده است. مطالعه‌ی حاضر از نوع توصیفی - تحلیلی است. به این‌صورت که آیات مربوط به انسان‌شناسی، خداشناسی و معادشناسی به‌عنوان مهم‌ترین باورهای دینی در نرم‌افزار جامع‌التفاسیر شناسایی و با مطالعه‌ی تفاسیر مختلف و کتب مربوطه، نکات مرتبط با سلامت معنوی مشخص و فیش‌برداری شد. فیش‌ها در سه دسته: انسان‌شناسی، خداشناسی و معادشناسی مورد استدلال و نتیجه‌گیری قرار گرفت. این مطالعه، طی سال 1398-1397 در گروه معارف دانشگاه علوم پزشکی کاشان انجام شد.

نتایج

الف- درک هدف از خلقت انسان یکی از ارکان انسان‌شناسی است. از نگاه قرآن، تمام عالم برای انسان آفریده شده است. (بقره/29: هُوَ الَّذی خَلَقَ لَکُمْ ما فِی الْأَرْضِ جَمیعاً) [12]. با این نگاه آیا می‌توان پنداشت انسان به‌عنوان جزئی از اجزای عالم و به تعبیر قرآن برتر از بسیاری از خلایق (اسراء/70: ... وَ فَضَّلْناهُمْ عَلی کَثیرٍ مِمَّنْ خَلَقْنا تَفْضیلاً) [12]، بی‌هدف و بدون منظور آفریده شده باشد؟ هرگز چنین نیست. قرآن کریم هدف از خلقت انسان را در آیات متعددی بیان فرموده که به اختصار به بعضی از آن‌ها اشاره می‌شود: 1- برای علم و آگاهی (طلاق/12). 2- برای عبادت (ذاریات/51). 3- برای امتحان (ملک/2). شناخت جایگاه انسان در میان سایر مخلوقات، رکن دیگر انسان‌شناسی است. قرآن کریم به صراحت از کرامت و فضیلت نوع انسان [13] نسبت به بسیاری از مخلوقات سخن به میان آورده است که از آن به کرامت ذاتی تعبیر

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

می‌شود [14] و علتش برخورداری از ذات معنوی و قدرت خردورزی است [15]. (اسراء/70: وَ لَقَدْ کَرَّمْنا بَنِی آدَمَ... وَ فَضَّلْناهُمْ عَلی کَثِیرٍ مِمَّنْ خَلَقْنا تَفْضِیلاً) [12]. رکن سوم، فهم حقیقت انسان است. آن‌چه تعیین‌کننده‌ی جایگاه انسان میان مخلوقات است؛ استفاده از عقل، فطرت و اندیشه در جهت تعالی کمالات روحی و معنوی است. چرا که شخصیت انسان به فکر و اندیشه‌ی اوست [16]. بنابراین، اصل و حقیقت انسان، روح اوست که اندیشه می‌کند، تصمیم می‌گیرد و جسم را به رفتار وادار می‌نماید. پس جسم، ابزاری در اختیار روح است [16]. طبق آیه‌ی 29 سوره‌ی حجر، خداوند از روح خود در جسم انسان دمیده و انسان را موجودی مرکّب از روح و جسم خلق نموده است [17]. بنابراین آن‌چه صاحب سلامت معنوی و در نهایت سلامت ابدی انسان می‌شود، روح اوست نه جسم وی. چهارمین رکن، درک هدف نهایی حیات انسان است. هدف نهایی زندگی انسان، دستیابی به سلامت و سعادت ابدی در بهشت است که همه‌ی افراد بشر برای قرار گرفتن در آن جایگاه دعوت شده‌اند. (یونس/25: وَ اللّهُ یَدْعُوا إِلی دارِ السَّلامِ...) [12]. فطرت پاک همه‌ی انسان‌ها نیز خواهان آسودگی و رفاه همه‌جانبه و ابدی است که قرآن وعده‌ی آن را داده است. بنابراین موجودات این عالم برای انسان و انسان برای قرار گرفتن در رحمت واسعه‌ی الهی آفریده شده است. توجه به این هدفمندی موجب آرامش و سلامت معنوی واقعی است. ب- دومین مبنای سلامت معنوی از دیدگاه قرآن، خداشناسی و توجه به مبدأ است. خداوند کریم هم صاحب سلامت است یعنی از هر عیب و نقصی مبرّا است (حشر/23: هُوَ اللّهُ الَّذی لا إِلهَ إِلاّ هُوَ الْمَلِکُ الْقُدُّوسُ السَّلامُ ...) [12]، هم منشأ سلامت (شعراء/80: وَ إِذا مَرِضْتُ فَهُوَ یَشْفِین) [12]، هم بیان‌کننده‌ی راه‌های رسیدن به سلامت (مائده/16: یَهْدِی بِهِ اللّهُ مَنِ اتَّبَعَ رِضْوانَهُ سُبُلَ السَّلامِ) [12] و هم دعوت‌کننده به سلامت ابدی در بهشت است که در آن‌جا هیچ‌گونه رنج و بیماری و مرگی وجود ندارد. (یونس/25: وَ اللّهُ یَدْعُوا إِلی دارِ السَّلامِ...) [12] بنابراین منشأ انواع سلامت، به‌خصوص سلامت معنوی، شناخت صحیح حقایق عالم و آفریننده‌ی آن، ایمان قوی به خدا و صفات او و داشتن روحیه‌ی تسلیم در برابر خداست که او خیر مطلق و برکت و مایه‌ی سعادت است [18].

آثار توجه به صفات خدا در ایجاد سلامت معنوی

1- توجه به علم خدا: (حشر/22: هُوَ عَالِمُ الْغَیْبِ وَالشَّهَادَةِ) [12] کسی که یقین دارد خدا از نهان و آشکار همه آگاه است (تغابن/4: وَ یَعْلَمُ ما تُسِرُّونَ وَ ما تُعْلِنُونَ) [12]، عالَم را محضر خدا دانسته، بر نیات درونی و رفتار ظاهری خود مراقبت می‌کند و این مراقبه یکی از مراحل تحقق سلامت معنوی است.

2- توجه به قدرت خداوند: ایمان به قدرت پروردگار، موجب آرامش روح انسان است. زیرا کسی که یقین دارد خدا وکیل او و بر هر کاری قادر است، (بقره/284: واللّهُ عَلی کُلِّ شَیْءٍ قَدِیرٌ) [12] از مشکلات نمی‌هراسد. بلکه به عکس احساس دلگرمی و حمایت از منبعی قوی می‌نماید. این احساس نیز مرتبه‌ای از مراتب سلامت معنوی است.

3- توجه به حکمت خداوند: حکمت خداوند اقتضا دارد این دنیا محلّ خوف و رجا باشد تا مؤمنان به عبادت خود مغرور و گنهکاران به‌دلیل گناهان خود ناامید نشوند [19]. از طرفی انسانی که یقین دارد پروردگار او حکیم بوده و تمام مقدراتش از روی حکمت و خیرخواهی است؛ به مقدرات الهی راضی شده و نسبت به اتفاقات زندگی‌اش توجیه صحیحی دارد. بنابراین با توجه به علیم و حکیم بودن پروردگار خود، (انعام/83: إِنَّ رَبَّکَ حَکِیمٌ عَلِیمٌ) [12] در هر امری حتی بیماری و سختی، رضایت‌مندی درونی برای او حاصل شده، رنج بیماری برایش مقدس و به زندگی امیدوار می‌شود [20]. این روح امیدوار و خرسند، سلامت زیستی روانی - اجتماعی او را ارتقا می‌دهد [21] که براساس یافته‌های پسیکونروایمنولوژی نیز مورد تأیید است [22].

4- توجه به محبت و رحیمیت پروردگار: خداوند مهربان بندگان مؤمن خود را بسیار دوست می‌دارد. به فرموده‌ی قرآن، خداوند رحمت را بر خود لازم و مقرر کرده است. «کَتَبَ عَلی نَفْسِهِ الرَّحْمَةَ» [23] محبت دوجانبه‌ی بنده‌ی باایمان به خداوند و محبت خدا به بنده‌ی خود، (مائده/54: فَسَوْفَ یَأْتِی اللّهُ بِقَوْمٍ یُحِبُّهُمْ وَ یُحِبُّونَه) [12] موجب آرامش و یکی از بهترین عوامل رضایت‌مندی درونی و سلامت معنوی انسان است.

5- توجه به غفور بودن و توبه‌پذیری خداوند: کلمه «غفور» صد و دوازده مرتبه در قرآن آمده؛ که شاید این کثرت حاکی از نهایت لطف پروردگار، حتی بر بندگان گنهکار باشد. چون عفو و بخشش مربوط به شخصی است که گناه کرده و نیاز به مغفرت دارد. درنتیجه شخص مؤمن، اگر گناهی انجام داد؛ فوراً به توبه پناه برده؛ از خداوند طلب بخشش می‌کند و با توجه به این‌که یقین دارد پروردگار او بخشنده است، احساس بخشش و آرامش درونی برای او حاصل می‌شود.

خداوند مهربان راه توبه و رستگاری را در هر زمان و مکانی بر بندگان خود باز گذاشته (نور/31: وَ تُوبُوا إِلَی اللّهِ جَمِیعاً أَیُّهَا الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّکُمْ تُفْلِحُونَ) [12] و با توبه‌پذیری، هرگونه ناامیدی را در وجود انسان گنهکار زایل می‌کند؛ درنتیجه شخص خاطی با

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

جبران گناه و تغییر رفتارش، خود و جامعه را به سطح بالایی از رضایت‌مندی می‌رساند و با دلگرمی به رحمت و بخشش الهی، امیدوارانه به‌سوی کمال ادامه راه می‌دهد.

6– توجه به ولایت و سرپرستی خداوند: طبق آیات قرآن، خداوند خود، ولایت و سرپرستی و هدایت بنده‌ی مؤمن و متقی را به‌عهده می‌گیرد. یقین به این امر، آرامش عمیقی بر جان بنده‌ی مؤمن مستولی می‌سازد. چراکه ایمان دارد خالق هستی که به تمام امور و مصالح عالم اشراف دارد، پشتیبان اوست؛ درنتیجه این اعتقاد باعث توکل انسان به خدا، نترسیدن از دشمن، رسیدن به آرامش و سلامت معنوی شود. (آل عمران/150: بَلِ اللَّهُ مَوْلاكُمْ وَ هُوَ خَيْرُ النّاصِرِينَ) [12] (نساء/45: وَ اللَّهُ أَعْلَمُ بِأَعْدائِكُمْ وَ كَفى بِاللَّهِ وَلِيًّا وَ كَفى بِاللَّهِ نَصِيراً) [12]. بنابراین خداشناسی و توجه به صفات او از مهم‌ترین مبانی سلامت معنوی است.

ج- معادشناسی سومین مبنای سلامت معنوی در قرآن است.

مرگ، اوّلین مرحله‌ی پیش‌رو پس از زندگی دنیوی انسان است که هیچ گریزی از آن نیست؛ اما اگر شخص در این دنیا به سلامت معنوی قرآنی که همان قلب سلیم و نفس کامل انسانی است برسد، مرگ او نیز همراه با نشاط و سلامت بوده، هیچ ترسی از آن نخواهد داشت. همان‌طور که امیرالمؤمنین(علیه‌السلام) با فرارسیدن مرگ خویش فرمودند: «به خدای کعبه رستگار شدم» [24]. از دیدگاه قرآن، عالم ماده دارای تغییر و تحول است و بدن انسان هم از این قاعده مستثنا نیست. با وجودی که انسان میل به جاودانگی دارد [25]، اما مرگ و نابودی جسمش حتمی است. در این رابطه آیه 185 آل‌عمران می‌فرماید: (كُلُّ نَفْسٍ ذائِقَةُ الْمَوْتِ) [12] لکن حقیقت انسان که روح و نفس غیرمادی اوست و مرگی برای او نیست. بنابراین در همین آیه می‌فرماید: نفس، از دست دادن بدن را می‌چشد. پس نفس باقی‌مانده است که می‌تواند از دست دادن بدن را بچشد. بنابراین نفس مجرد و ماندگار است و صاحب سلامت معنوی که یقین به بهشت و نعمت‌های آن دارد، برای رسیدن به آن‌ها رفتار خود را اصلاح می‌نماید، این باور قلبی تمام زوایای زندگی مؤمن را معنا می‌دهد [26].

برزخ مرحله‌ی دوم پیش‌رو

روح یا همان نفس انسانی، بعد از مردن، در عالم برزخ قرار می‌گیرد [27]. برزخ یا عالم مثال، مرحله‌ای است بین دنیا و برپایی قیامت؛ بنابراین بعضی از ویژگی‌های دنیا مثل مقدار و شکل و بعضی از خصوصیات آخرت مثل نعمت‌ها و عذاب‌ها را دارا است. قرآن کریم در این رابطه می‌فرماید: (مؤمنون/100: ... وَ مِنْ وَرائِهِمْ بَرْزَخٌ إِلى يَوْمِ يُبْعَثُونَ) [12].

برپایی قیامت مرحله‌ی سوم پیش‌رو

درباره‌ی قیامت و محاسبه‌ی اعمال و سرانجام انسان، قرآن کریم فرمایشات فراوانی دارد و برای حتمی بودن آن ادله، امثله و مصادیق متعددی ذکر فرموده است. به‌عنوان مثال در آیه‌ی 12 سوره‌ی یس می‌فرماید: «ما مردگان را زنده می‌کنیم، و آنچه را از پیش فرستاده‌اند و تمام آثار آن‌ها را می‌نویسیم، و همه‌چیز را در «کتاب» احصا کرده‌ایم». فردی که آیات قرآن را با جان و دل پذیرفته؛ یقین دارد که مرگ نه‌تنها پایان انسان نیست؛ بلکه پلی برای رسیدن به عالم آخرت [28] و بهره‌مندی از نعمات بهشت یا برخورداری از عذاب‌های جهنم است. بنابراین سبک زندگی خود را بر مبنای رسیدن به قلب سلیم و سلامت معنوی و قرارگرفتن در دارالسلام تنظیم می‌کند و از هر کاری که او را به عقوبت‌های جهنم نزدیک کند، پرهیز می‌نماید. به تعبیر قرآن، چنین شخصی با تقواست و مرگی سالم و با نشاط خواهد داشت.

خلود در بهشت یا جهنم مرحله‌ی نهایی آخرت

باغ‌های بهشت، نعمت‌های گوناگون، سرور و شادمانی، امنیت و سلامت کامل، خوردن و آشامیدن از مأکولات و مشروبات گوارای بهشتی، تکیه بر تخت‌های کنار هم چیده شده، همسرانی از حورالعین و غلامان، خدمتگزاران مرواریدگون، تشکیل مجلس انس، رضایت‌مندی خدا و بندگان از یکدیگر و سرانجام، هرچه آن‌ها بخواهند، بخشی از نعمت‌هایی است که خداوند به بندگان دارای سلامت معنوی وعده داده است. (آل عمران/9: إِنَّ اللهَ لا يُخلِفُ الميعاد) [12] از آیات مربوط به جهنم چنین استفاده می‌شود، کسانی‌که در شناخت خود و خدا و معاد اشتباه نکرده و ایمان قوی دارند؛ سعی می‌کنند از هرگونه رفتاری که آنان را به جهنم نزدیک می‌کند، پرهیز نمایند و به تعبیر قرآن تقواپیشه شوند. بنابراین مؤمنین، صاحب تقوایی هستند که آنان را از هر گناهی باز می‌دارد. پس توصیف بهشت و جهنم باعث بیم و امید و بهترین عامل سازنده انسان در جهت رسیدن به سلامت معنوی و سعادت ابدی هستند. در این راستا جایگاه آخرتی هر کس، مربوط به عملکرد او در این دنیاست. براساس آیات قرآن سرای آخرت، بازتاب و انعکاس عظیمی از رفتارهای این جهان است. پس دنیا پیش درآمد آخرت است [29] و تا انسان، حقیقت خود؛ یعنی روح و ویژگی‌های آن را نشناسد؛ و رابطه‌ی خود را با خدا و مخلوقات اصلاح نکند، به سرانجام خوب آخرت نخواهد رسید. پس انسان‌ها با اندیشیدن صحیح می‌توانند به کمال برسند و در مسیر سعادت قرار گیرند [30]. بنابراین، روح حقیقت انسان و موضوع سلامت معنوی است و باورهای دینی مهم‌ترین عامل ایجاد سلامت معنوی هستند و اساس همه‌ی باورهای دینی اعتقاد به مبدأ و معاد است

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

که به‌عنوان مهم‌ترین مبانی سلامت معنوی در قرآن، مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

بحث

در پژوهش‌های مشابهی که درباره‌ی سلامت معنوی انجام شده سوابق نشان داد؛ یزدانی و همکاران، به ارائه‌ی مبانی آموزه‌های عرفان اسلامی، در عرصه‌ی سلامت معنوی پرداخته‌اند [31]. در این مطالعه نویسندگان آموزه‌های عرفانی اسلام و ارتباط آن‌ها با سلامت معنوی را مورد بحث قرار داده‌اند. اما مقاله‌ی حاضر به مبانی سلامت معنوی از منظر قرآن پرداخته، که به‌نظر می‌رسد آموزه‌های قرآن در ایجاد سلامت معنوی، مؤثرتر از آموزه‌های عرفانی هستند. زکوی و مرزبند نیز مبانی انسان‌شناختی سلامت معنوی در قرآن را بررسی نموده‌اند [32]. در این مقاله تنها مباحث انسان‌شناسی از نگاه نظری مطرح شده و درباره‌ی مبانی دیگر سلامت معنوی بحث نشده اما در مقاله‌ی حاضر به مهم‌ترین مبانی سلامت معنوی پرداخته و به راهکارهای عملی نیز اشاره شده است. همچنین مصباح، با رویکردی فلسفی، مبانی سلامت معنوی از دیدگاه اسلام را به پنج شاخه‌ی معرفت‌شناختی، هستی‌شناختی، الهیاتی، انسان‌شناختی و ارزش‌شناختی تقسیم کرده است [33]. نویسنده‌ی این کتاب با نگاه معرفت‌شناختی تمام مطالب اسلامی اعم از آیات و روایات را مورد بحث قرار داده است و مطالب آن بیشتر جنبه‌ی نظری دارد. اما تحقیق حاضر فقط مهم‌ترین مبانی قرآنی را با توجه به آثار عملی آن در ایجاد سلامت معنوی مطرح نموده است. اسماعیلی نیز مبانی و شاخص‌های سلامت معنوی در آموزه‌های اسلام را بررسی نموده است [2]. این نویسنده به‌طور عام درمورد مبانی و شاخص‌های سلامت معنوی اعم از قرآن و حدیث بحث نموده، نگاه متمرکزی به مبانی سلامت معنوی از دیدگاه قرآن نداشته است. در نتیجه هیچ‌یک از تحقیقات انجام‌شده، متضمن یافته‌های مقاله‌ی حاضر نیستند. زیرا این مقاله با استناد به متن تعدادی از آیات قرآن، مبانی مؤثر در تحقق سلامت معنوی را در سه محور انسان‌شناسی، خداشناسی و معادشناسی بررسی نموده است. در این تحقیق، چیستی حقیقت انسان، هدف از خلقت او، رابطه‌ی معنوی او با خالق عالم، آثار توجه به صفات خدا در هدفمندی و شیرینی زندگی، سرانجام زندگی انسان و هدف‌گذاری نهایی برای آن، با تکیه بر آیات قرآن کریم بحث شده است که می‌تواند موجب سلامت معنوی شود اما در مطالعات مشابه چنین دستاوردهایی یافت نشد. کارکرد این تحقیق، برای عموم منتهی به هدفمندی و شیرینی زندگی و سلامت معنوی و سعادت و سلامت ابدی می‌شود.

نتیجه‌گیری

سلامت معنوی حالتی از نفس است که قرآن کریم از آن به قلب سلیم و نفس مطمئنه تعبیر نموده است و مهم‌ترین مبانی آن شامل انسان‌شناسی، خداشناسی و معادشناسی است. شناخت صحیح این مبانی و توجه به آن‌ها موجب رفتار صحیح و هدفمند در زندگی و سلامت معنوی است. با توجه به این‌که طبق آموزه‌های قرآن، هدف نهایی زندگی بشر، دستیابی به سعادت و سلامت ابدی است، بررسی رابطه‌ی انواع سلامت با سلامت معنوی و رابطه‌ی سلامت معنوی با سلامت ابدی از موضوعاتی است که باید مورد تحقیق قرار گیرند. از آن جهت که سلامت معنوی مقدمه‌ی سلامت ابدی و قابل تحصیل در دنیاست؛ پیشنهاد می‌شود «سلامت ابدی» به‌عنوان هدف نهایی انواع سلامت معرفی شود و مورد توجه جدی قرار گیرد.

تشکر و قدردانی

با تقدیر و تشکر از معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی کاشان که از تحقیق حاضر پشتیبانی نموده است.

References:

[1] Mustafawi H. Al-tahqiq fi kalimat al-quran al-karim. beirut: dar al-kabul Islamiyah; 2009. [in Persian]
[2] Esmaeili M. The Basics and Indices of Spiritual Health in Quran and Hadith. Tehran: Hoghooghi; 2018. [in Persian]
[3] Azizi F. spiritual health A New Dimension of Health. Who Basic Docments, constitution of the world health organization 1996; 1. Tehran: Hoghooghi; 2015. [in Persian]
[4] Dhar N, Chaturvedi S, and Nandan D. Spiritual health scale 2011: Defining and measuring 4th dimension of health. ***Indian J Community Med*** 2011; 36(4): 275-82.
[5] Demari B. Spiritual Health. Tehran: Medicine and Society; 2011. [in Persian]
[6] Maref M, Asadi F. Factors to achieve spiritual health from the perspective of the Quran and Hadith. Iranian ***J Basirat Tarbiat Islamic*** 2018; 41p0061: 9-40. [in Persian]
[7] Shek DT. Spirituality as a positive youth development construct: a conceptual review. ***Sci World J*** 2012; 2012: 458953.

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]
PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com

[8] Javani Y. The role of spirituality in the production of national power. ***Basij Strategic Studies*** 2009; 38-39: 31-68. [in Persian]
[9] Abbasi M. The concept of spiritual health.ph.sbmu. 2013; 13920760.
Available at: https://ph.sbmu.ac.ir:8443/?fkeyid=&siteid=1&pageid=4525&newsview=6593.
[10] Marandi A, Azizi F. Position, definition and difficulties of establishing the concept of spiritual health in Iranian society. ***Med Ethics J*** 2011; 14: 12-21. [in Persian]
[11] Jabal Ameli M, Jenabi Sh. Combined research method for extracting the foundations of the Islamic model of progress in Iran through advancement in the Holy Qur'an. 5th Islamic Pattern of Iranian Progress, Basic progress pattern, 2017, Tehran, Iran.
[12] Yusuf Ali A, The Holy Quran (Koran). King Fahd Holy Quran; 1987.
[13] Shahroudi M, Hasanzadeh H. The typology of Qur'anic commentary is based on the preamble. ***Quranic Interpretation Language Res J*** 2018; 13: 129-146. [in Persian]
[14] Hesami Far A. Religious Ethics in Motahari's Thought. ***Quarterly J Sci Religion*** 2018; 1: 77-97. [in Persian]
[15] Hosseini Teli B, Kozegar kalegi L. Transcendental human ideals: Achieving the status of divine caliph, Divine knowledge, Abdulit from the perspective of the Holy Qur'an. 5th Islamic Pattern of Iranian Progress, Basic progress pattern, 2017, Tehran, Iran.
[16] Nikzad A. The Factors and Obstacles of the Soul's Health from the Viewpoint of Islam. Islam and Health 2015; 2: 7-15. [in Persian]
[17] Gharaati M. Tafsir noor. Volume 7. Tehran: Cultural Center Lessons from the Qur'an; 2013. [in Persian]
[18] Hosseini Zaidi A, Kabiri Rad M, Yarabi H. Humorous narrations of most women in the critique. ***Quarterly Hadithic Teachings*** 2018; 3: 91-107. [in Persian]
[19] Mansouri Al Hashem S, Moharami R, Asadollahi KH. Review of Fear and Raja from the Gnostic View of Imam Mohammad Ghazali and Jalaluddin Molavi. ***J Gonbad Literature, Univ Sistan Baluchestan*** 2018; 30: 187-204. [in Persian]
[20] Asad Zandi M. Selim's Heart Behavior Approach in the Concept of Spiritual Health. ***Figh Med J*** 2015; 18-19: 143-74. [in Persian]
[21] Askari P, Roshani KH, Mehri Adriani M. Relationship between Religious Beliefs and Optimism and Spiritual Health of Ahvaz Azad University Students. ***New Findings Psychol*** 2010; 10: 27-39. [in Persian]
[22] Kaplan. 2013. Quoted from Asad Zandi M. Selim's Heart Behavior Approach in the Concept of Spiritual Health. ***Figh Med J*** 2015; 18-19: 143-174. [in Persian]
[23] Makarem Shirazi N. Tafsir nemuneh. Volume 5. Tehran: Cultural Center Lessons from the Qur'an; 1995. [in Persian]
[24] Majlesi M. Behar-alanvar. Volume 41. Beirut: Dar Ehya al-Tatar al-Arabi; 1983.[in Persian]
[25] Hosseini Lavasani R, Saeedi Mehr M, Akbarian R, Rouhi Brandeq K. The study of the division of Mulla Sadra from death to its natural and natural origins and its Qur'anic origins. ***Qur'an J Sada-e Hekmat*** 2018; 1: 45-55. [in Persian].
[26] Javanbakht F, Pahlavan M, Taremi Rad H, Hosseini E. Examining the effect of thinking and reasoning on the deepening of religious faith from the point of view of the Quran. The Knowledge Studies in The Islamic University 2018; 2: 228-40. [in Persian]
[27] Akhavian M, Omidian O. The Life of Barefoot and the Divine Motif Comparing the Viewpoints of this Timjieh and Ibn Qayim Jozzi with the View of Wahhabism. ***Quarterly J Verbal Beliefs*** 2107; 27: 7-23. [in Persian]
[28] Mousavi M, Gharaei F, Rustami M, Seyyed Mousavi H. A comparative study of the nature of the world and its link with suffering in Islam and Buddhism. ***Quarterly Subcontinent Studies Sistan Baluchestan Univ*** 2017; 33: 193-212. [in Persian]
[29] Jadid al-islami H. Comparison of the world from the perspective of Ali (as) in Nahj al-Balaghah and the viewpoint of Maulana in Masnavi. ***Iran J Comparative Literature Studies*** 2011; 18: 67-51. [in Persian]
[30] Allami Z. Neglect and the way human beings look to death, morality and life in the views of Martha Mortea Motahhari and Friedrich Nietzsche. ***Shabak Quarterly*** 2018; 6: 25-33. [in Persian]
[31] Yazdani A, Abbasi M, Ebrahimi M. The Basics of Gnosticism of mental health. ***Med Ethics J*** 2011; 14: 66-82. [in Persian]
[32] Zakoui A, Marzband R, Jalahi H. Anthropological Basis of Spiritual Health in the Quran. ***Quranic Studies Res*** 2014; 12: 14. [in Persian].
[33] Mesbah M. Islamic approach to spiritual health. Tehran: Hoghooghi; 2013. [in Persian]

[Downloaded from feyz.kaums.ac.ir on 2026-11-12]

PDF created with pdfFactory Pro trial version pdffactory.com