

The Role Of Remembrance And Prayer In Health From The Perspective Of Verses And Hadiths

ARTICLE INFO

Article Type

Analytical Review

Authors

fatemeh hossienzadeh fard¹

Rasoul Muhammad-Jafari²

How to cite this article

Rasoul Muhammad-Jafari, The Role of Dhikr (Remembrance) and Prayer in Health from the Perspective of Verses and Hadiths, *Journal of Quran and medicine*, 2020:4(5): 43-49

ABSTRACT

According to the divine worldview, the effective factors in the set of world events are two categories: material (natural) and spiritual. For the prevention and treatment of diseases and the attainment of health, just as the use of physicians and medicines for the treatment of disease and the attainment of health is essential, it is also necessary to cling to the skirt of the creator of medicine and the creator of medicine in the light of remembrance and prayer. In many Islamic teachings (verses and hadiths) the effectiveness of prayer and remembrance has been mentioned, therefore, in this research, by searching in verses and hadiths, the role of prayer and remembrance on physical and mental health has been studied.

The present research is done by descriptive-analytical method and by conceptual and documentary analysis, therefore, it has been collected, compiled and explained the verses and hadiths that refer to the role of prayer and remembrance on human health.

Functions of remembrance of God (dhikr) in two parts: 1) The role of dhikr in mental health, 2) The role of dhikr in the treatment of diseases was obtained and the therapeutic role of dhikr was achieved in three areas: a) treatment of obsession, b) treatment of depression, c) treatment of hypocrisy. The functions of prayer were obtained in two parts: 1) the role of prayer in the prevention of diseases, 2) the role of prayer in the treatment of diseases. The therapeutic role of prayer was achieved in four areas: a) treatment of all diseases, b) treatment of physical diseases, c) mental illnesses, d) prayers of others in the treatment of diseases.

The recommendations mentioned in the verses and hadiths often refer to mental health and treatment; because having a healthy mind leads to spiritual freshness and vitality and this vitality will help equip the physical forces and cure the physical disease. But the orders to pray according to verses and hadiths are for the prevention and treatment of physical and spiritual diseases. It seems that the difference between dhikr and prayer is that, the former was limited to mental health and the latter to physical and mental health. This is because that the human beings are more engaged in prayer than dhikr, and they constantly turn to God in problems and diseases, especially when they are disappointed with material causes, and recite Her/His wholeheartedly with their tongues and souls.

Keywords: verses, narrations, prayer, remembrance, health, treatment.

¹ Master of Quran and Hadith Sciences, Shahed University, Tehran, Iran. (hossienzadehfatemeh111@gmail.com).

² Assistant Professor, Department of Qur'an and Hadith Sciences, Shahed University, Tehran, Iran. rasulmohamadjafari@yahoo.com.

The corresponding author.

* Correspondence:

Email: rasulmohamadjafari@yahoo.com

Article History

Received: 2020/03/24

Accepted: 2020/06/15

ePublished: 2020/06/21

نقش ذکر و دعا در سلامتی از منظر آیات و روایات

فاطمه حسین زاده فرد

دانش آموخته کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث، دانشگاه شاهد، تهران، ایران
 رسول محمدجعفری*

استادیار علوم قرآن و حدیث، دانشگاه شاهد، تهران، ایران

چکیده

بر اساس جهان بینی الهی، عوامل مؤثر در مجموعه اتفاقات عالم دو دسته مادی (طبیعی) و معنوی هستند. برای پیش گیری و درمان بیماری ها و دستیابی به سلامتی، علاوه بر درمان های مادی، در آموزه های اسلامی (آیات و روایات) از اثربخشی دعا و ذکر، به دفعات، سخن گفته شده است. در این تحقیق با جستجو در آیات و روایات به بررسی نقش دعا و ذکر بر سلامت جسم و روان پرداخته شده است. پژوهش توصیفی-تحلیلی بوده و با استفاده از تحلیل مفهومی و اسنادی صورت گرفته است، لذا آیات و روایاتی که به نقش دعا و ذکر بر سلامت انسان اشاره داشته اند، جمع آوری، تدوین و تبیین شده است. بر اساس یافته های تحقیق، کارکردهای یاد خدا (ذکر) در دو بخش: «نقش ذکر در سلامتی روح و روان» و «نقش ذکر در درمان بیماری ها»؛ نقش درمان گری ذکر، در سه محور «درمان وسواس»، «درمان افسردگی» و «درمان نفاق»؛ کارکردهای دعا در دو بخش «پیش گیری از بیماری ها» و «درمان بیماری ها»؛ نقش درمان گری دعا، در چهار محور «درمان تمام بیماری ها»، «درمان بیماری های جسمی»، «درمان بیماری های روحی» و «دعای دیگران در درمان بیماری» صورت بندی شد. بنابراین می توان نتیجه گیری کرد که توصیه ها به ذکر در آیات و روایات غالباً ناظر بر سلامت و درمان روان هستند؛ زیرا بر خورداری از روان سالم به شادابی و نشاط روحی می انجامد و این نشاط به تجهیز قوای جسمی و درمان بیماری جسمی کمک شایانی خواهند کرد، اما سفارش ها به دعا طبق آیات و روایات برای پیش گیری و درمان بیماری های جسمانی و روانی است. به نظر می آید تفاوت ذکر با دعا - که اولی منحصر در سلامت روان و دومی اعم از سلامت جسم و روان بود - به سبب این است که انسان ها بیش از ذکر به دعا مشغول هستند و پیوسته در مشکلات و بیماری ها به ویژه به هنگام ناامیدی از علل مادی، رو به خداوند آورده و با زبان و جان خود یکسر او را می خوانند.

کلید واژگان: آیات، روایات، دعا، ذکر، سلامت، درمان.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱/۵

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۳/۲۶

* نویسنده مسئول: rasulmohamadjafari@yahoo.com

مقدمه

بر اساس جهان بینی الهی، عوامل مؤثر در مجموعه اتفاقات عالم دو دسته مادی (طبیعی) و معنوی هستند؛ برای مثال همان گونه که طبق علل طبیعی، آسمان باران می باراند و زمین گیاه می رویند: «وَالسَّمَاءِ ذَاتِ الرَّجْعِ * وَالْأَرْضِ ذَاتِ الصَّدْعِ» (الطارق: ۱۲)؛ «سوگند به آسمان بارش انگیز * سوگند به زمین شکافدار [آماده کشت]»، همین طور بر اساس علل معنوی، ایمان و تقوا برکات آسمان و زمین برای مردمان می گشایند: «وَلَوْ أَنَّ أَهْلَ الْقُرَى آمَنُوا وَاتَّقَوْا لَفَتَحْنَا عَلَيْهِم بَرَكَاتٍ مِنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ» (الأعراف: ۹۶)؛ «و اگر مردم شهرها ایمان آورده و به تقوا گراییده بودند، قطعاً برکاتی از آسمان و زمین برایشان می گشودیم». برای پیش گیری و درمان بیماری ها و دستیابی به سلامتی نیز وضع چنین است؛ همان طور که بهره گیری از طبیبان، داروها و مراقبت های پزشکی برای درمان بیماری و دستیابی به سلامتی ضروری است، همچنین چنگ زدن به دامن خالق طبیب، آفریننده دارو و مراقبت های الهی در

پرتو دعا و یاد خداوند و توسل به مقربان بارگاه ربوبی الزامی است.

در آیه اسلام، دسته های واجب و مستحب و دهن از حرام و مکروه دایه تلافی روح و تعدا بدن است نه دایه تضعف روح با بدن. دستور آن است که کم بخورد و کم بخوابد تا بدن احساس سستی و شهت نکند؛ نه به اندازه ای که بدن از انجام دادن خواسته های صحیح روح عاجز بماند (۱). در سال های اخیر، مراکز تحقیقاتی مهمی در جهان تأسیس شدند که دستور کار آنها، بررسی ارتباط دعا و سلامت بوده است؛ از جمله در دانشگاه های بل (Yale University)، مشیگان (University of Michigan)، راجرز (Rogers University) و دوک (Duke University) صدها مطالعه در این زمینه انجام شده است و بر این امر تأکید داشته اند که اصول مشترکی که در دستورات دینی ادیان عمده جهان، از جمله اسلام وجود دارد که از سلامتی پیروانشان محافظت می کند (۲).

از جمله توصیه ها و دسته های بدن و الهی - که نسخه ای است - ادبیاتی و بلکه بین المللی می باشد - ذکر، دعا و نیایش هستند؛ پژوهش ها و آزمایش های فراوانی را دانشمندان درباره نقش آفرینی آن ها در درمان بیماری ها انجام داده اند؛ در تحقیقی که بر روی ۱۳۱ نمونه کنترل شده برای بررسی درمان های معنوی و مذهبی انجام گرفت، مشخص گردید که گندم هایی که برای رشد آنها دعا شده بود، بلندتر شدند و مخمرهایی که برای آنها دعا شده بود، با تأثیرات ناسالم مقابله کردند (۳). آزمایش ها همچنین نشان داده است که دعا و نیایش بر فشارخون بالا، زخم و جراحی ها، حملات قلبی، سردرد و اضطراب اثر گذار بوده است (۴).

در آموزه های اسلامی (آیات و روایات) فراوان به اثربخشی دعا و ذکر در پیش گیری از بیماری ها و درمان آن ها و دستیابی به بهبودی سخن گفته شده است، برخی نیز در این زمینه پژوهش هایی نگاشته اند، از جمله: جهانگیر و همکاران (۱۳۸۸) مقاله «نقش دعا در ارتقای سلامت: چشم اندازی بر سیره نبوی و مستندات جدید علمی» و نساجی زواره (۱۳۸۶) مقاله «نقش نیایش در سلامت و آرامش روان» را سامان داده اند. این پژوهش ها غالباً بر یافته های پزشکی و درمانی تمرکز دارند و آیات و روایات معصومان (ع) در آن ها سهم اندکی دارند، اما پژوهش حاضر با تمرکز حداکثری بر آموزه های دینی در صدد استخراج و تبیین آیات و روایاتی برآمده است که در آن ها از نقش ذکر و دعا بر سلامت جسم و روان سخن گفته اند، لذا این تحقیق در پی پاسخ به این سؤال است که نقش دعا و ذکر در سلامتی از منظر آیات و روایات چگونه است؟ برای پاسخ به سؤال تحقیق، آیات و روایاتی که در آن ها از تأثیر دعا و ذکر بر سلامت سخن گفته اند، استخراج و تبیین گردیده اند؛ البته به سبب محدودیت حجم مقاله به ذکر نمونه هایی چند، بسنده شده است. لازم به ذکر است بررسی میدانی، تجربی و آزمایشگاهی این روایات برای ارزیابی آثاری که در این گزاره های دینی بیان شده است، اولاً، از عهده این پژوهش - که به صورت کتابخانه ای است - خارج است و ثانیاً به ده ها پژوهش مستقل بین رشته ای قرآن و حدیث با رشته های طب مدرن، طب سنتی، روان شناسی و غیره نیازمند است.

یافته‌ها

نقش ذکر در سلامتی

ذکر یعنی یاد خدا و یاد خدا باید با حضور قلب صورت گیرد، چون ذکر خدا تا ملکه نفسانی نشود آرامش صادق پدید نمی‌آید، زیرا بردن نام خدا بر لب همانند آبیاری شاخه درخت است که جز گردگیری اثر دیگری ندارد؛ ولی یاد خدا در دل همتای آبیاری ریشه درخت است که مایه بالندگی و ثمربخشی آن است (۵). بر پایه آیات و روایات یاد خدا نقشی نتیجه‌بخش در مداوای بیماری‌ها و دست یافتن به سلامتی دارد.

الف. نقش ذکر در سلامتی روح و روان

محوری‌ترین عامل آرامش روان و اساسی‌ترین علت سلامت روح انسان‌ها، یاد خداوند بلندمرتبه است، قرآن بر این مهم تأکید ورزیده است: «الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» (الرعد: ۲۸). «همان کسانی که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا آرام می‌یابد؛ آگاه باشید که دل‌ها تنها به یاد خدا آرام می‌یابد». اضطراب و نگرانی یکی از بزرگ‌ترین بیماری‌های روانی انسان‌ها بوده و هست و عوارض ناشی از آن در سلامت فردی و اجتماعی کاملاً محسوس است، در مقابل، با طمأنینه و آرامش روح و روان می‌توان بر بسیاری از بیماری‌های جسمی و روانی غلبه کرد. به طور کلی آرامش و دلهره، نقش بسیار مهمی در سلامت و بیماری فرد و جامعه و سعادت و بدبختی انسان‌ها دارد. قرآن با یک جمله کوتاه و پر مغز، مطمئن‌ترین و نزدیک‌ترین راه را معرفی می‌کند: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ».

در تفسیر نمونه، عوامل اضطراب و نگرانی و راه‌کارهای درمان آن‌ها با بهره‌گیری از این آیه شریفه بیان شده است که به اجمال می‌آید: ۱- اضطراب و نگرانی به خاطر آینده تاریک و مبهم است، اما ایمان به خداوند قادر متعال که همواره کفالت بندگان خویش را بر عهده دارد می‌تواند به انسان آرامش دهد، ۲- گاه نگرانی به سبب گذشته تاریک زندگی و گناهانی است که انجام داده است، اما توجه به اینکه خداوند، غفار، توبه‌پذیر و رحیم و غفور است، به او آرامش می‌دهد، ۳- گاهی نگرانی از ضعف و ناتوانی انسان در برابر عوامل طبیعی و دشمنان داخلی و خارجی است، اما هنگامی که به یاد خدا می‌افتد و متکی به قدرت او می‌شود، قدرتی که برترین قدرت‌هاست و هیچ چیز در برابر آن یارای مقاومت ندارد، قلبش آرام می‌گیرد، ۴- گاهی ریشه نگرانی‌های آزار دهنده، احساس پوچی در زندگی است، اما کسی که به خدا ایمان دارد و مسیر تکاملی زندگی را به عنوان یک هدف بزرگ پذیرفته است، نه از زندگی احساس پوچی می‌کند و نه همچون افراد بی‌هدف و مردود، سرگردان و مضطرب است، ۵- گاهی سوءظن‌ها و توهم‌های پوچ عوامل اضطراب هستند، اما توجه به خدا و لطف بی‌پایان او و دستور به حسن ظن که وظیفه هر فرد با ایمانی است آرامش و اطمینان را به انسان هدیه می‌دهد (۶).

طبق آیه ۱۲۴ سوره طه دوری از یاد خدا مایه اضطراب، حیرت و حسرت است، هر چند تمکن مالی بالا باشد (۷)، خداوند در آن آیه فرموده است: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا» (طه: ۱۲۴). «و هر که از یاد من روی گرداند حتماً برای او زندگی تنگی خواهد بود»، مراد از این زندگی تنگ (معیشت ضنکاً) تنها فشار مالی نیست، بلکه کسی که از یاد حق اعراض کند در تنگناست؛ گرچه متمکن و سرمایه‌دار باشد، بلکه آن فشاری که

متمکن، متحمل می‌شود به مراتب بدتر از فشاری است که فقیر به آن مبتلا می‌گردد (۸)؛

کسی که خدا را فراموش کند و با او قطع رابطه نماید، دیگر چیزی غیر دنیا نمی‌ماند که وی به آن دل ببندد و آن را مطلوب یگانه خود قرار دهد، در نتیجه همه کوشش‌های خود را منحصر در آن کند و فقط به اصلاح زندگی دنیایش بپردازد و روز به روز آن را توسعه بیشتری داده، به تمتع از آن سرگرم شود و این زندگی، او را آرام نمی‌کند، چه کم باشد و چه زیاد، برای اینکه هر چه از آن به دست آورد به آن حد قانع نگشته و به آن راضی نمی‌شود و دائماً چشم به اضافه‌تر از آن می‌دوزد، بدون اینکه این حرص و تشنگی‌اش به جایی منتهی شود، پس چنین کسی دائماً در فقر و تنگی به سر می‌برد و همیشه دلش علاقه‌مند به چیزی است که ندارد، صرف نظر از غم و اندوه و اضطراب و ترسی که از نزول آفات و روی آوردن ناملایمات و فرارسیدن مرگ و بیماری دارد و صرف نظر از اضطرابی که از شر حسودان و کید دشمنان دارد، پس او همواره در میان آرزوهای برآورده نشده و ترس از فراق آنچه بر آورده شده به سر می‌برد (۹).

در روایات ذکر و یاد خداوند بهترین داروی بیماری‌های مختلف چنان و روان انسان: ساز شده است: «ذَكَرَ اللَّهُ دَوَاءَ أَغْلَالِ النَّفْسِ» (۱۰): «ذکر داروی دردهای باطنی است». انسان زمانی از بیماری‌ها و ناراحتی‌های روان رهایی می‌یابد که دل‌آرام باشد: «ذَكَرَ اللَّهُ جَلَاءَ الصُّدُورِ وَ طَمَأْنِينَةَ الْقُلُوبِ» (۱۱): «یاد خدا جلای سینه‌ها و آرام دل‌هاست»، «فِي الذِّكْرِ حَيَاةُ الْقُلُوبِ» (۱۲): «حیات دل‌ها در یاد خداست».

ب. نقش ذکر در درمان بیماری‌ها

چنان‌که گذشت در درمان بیماری‌ها، غیر از عوامل طبیعی و مادی، علل معنوی نیز تأثیر غیر قابل انکاری دارند، یکی از این علت‌های کارآمد، جاری کردن ذکر خداوند بر زبان و جان است. پیامبر (ص) به یکی از یاران خود برای رفع «فقر» و «دفع سقم» این ذکر را توصیه فرمودند: «لَا حَوْلَ وَ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ وَ لَا يَكْفُرُ بِاللَّهِ شَيْءٌ وَ الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي لَمْ يَتَّخِذْ وَلِداً وَ لَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ فِي الْمُلْكِ وَ لَمْ يَكُنْ لَهُ وَلِيٌّ مِنَ الذَّلَّةِ وَ كَبْرَهُ تَكْبِيرًا» (۱۳). منظور از «سقم»، بیماری‌های جسمی و روانی است (۱۴). بنابراین ذکر مذکور برای درمان بیماری‌های جسمانی و روحانی کارساز است. چنان‌که می‌آید در برخی روایات به طور خاص به کارکرد ذکر در درمان وسواس، درمان افسردگی و درمان نفاق اشاره شده است.

نقش ذکر در درمان وسواس

یکی از بیماری‌های روحی، وسواس است؛ در کنار درمان‌های دارویی که در علم روان‌پزشکی تجویز می‌گردد و نیز درمان‌های رفتاری و شناختی که در علم روان‌شناسی صورت می‌پذیرد، ذکر و یاد خدا یکی از درمان‌های این اختلال است که در روایات فراوانی به آن اشاره شده است؛ از جمله در روایتی محمد بن حمران به امام صادق (ع) عرضه می‌دارد که برای درمان وسوسه شدید چه باید کرد؟ حضرت می‌فرماید: به هنگام وسوسه، ذکر «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ» گفته شود (۱۵). در روایتی دیگر، شخصی نزد پیامبر (ص) آمد و گفت: به وسواس در نماز گرفتار گشته‌ام، حضرت فرمود: هرگاه خواستی نماز بخوانی، نخست انگشت سبابه دست راست خود را بر ران چپ خود بگذار و فشار بده و بگو: «بِسْمِ اللَّهِ وَ بِاللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ»،

(چون این کلمات را بگویید) شیطان را از خود می‌رانی» (۱۶). همچنین در روایتی رسول خدا داده‌اند: «سواس و اندوه را ذکر **«لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»** بیان فرموده‌اند (۱۷).

نقش ذکر در درمان افسردگی

طبیعت دنیا به گونه‌ای است که صحنه جان آدمیان همواره در معرض غم و اندوه‌هایی به واسطه حوادث مختلف، چون: بیماری، ناداری و فقدان خویشان است؛ این غم‌ها گاه چنان بر روح و روان آدمی هجوم می‌آورند که برخی را یارای مقاومت در برابر آن‌ها نیست و به افسردگی‌شان می‌انجامد، یکی از درمان‌های کارآمد، برقراری ارتباط و پیوند با خداوند و جاری ساختن ذکر او بر جان و زبان است، بدین سبب امام صادق (ع) توصیه فرموده‌اند که هرگاه غم و اندوه بی در پی به سراغتان آمد، ذکر **«لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»** را بگویید (۱۸). در روایت دیگری آمده است: کسی که هر روز صد بار **«لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ»** بگوید، خداوند هفتاد نوع بلا را از او دور می‌سازد که ناچیزترین آن‌ها، غم و اندوه است (۱۹)، همچنین برای رهایی از اندوه و تنگی روزی ذکر استغفار سفارش شده است (۲۰).

نقش ذکر در درمان نفاق

بشر عادی، بسیاری از مرض‌های قلبی را بیماری نمی‌داند؛ ولی قرآن کریم به اجمال آن‌ها را بیماری می‌خواند: «فِي قُلُوبِهِمْ مَرَضٌ» (التوبه: ۱۲۵) چون اگر بیماری را شناساند، انسان به شکل صحیح به سراغ درمان آن نمی‌رود و به همین سبب قرآن کریم در مواردی خاص، نمونه‌هایی از بیماری قلبی و راه درمان را بیان می‌کند، زیرا این کتاب آسمانی، شفا و رحمت برای مؤمنان است: «و نَزَّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» (الاسراء: ۸۲)؛ «و شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ» (یونس: ۵۷)، مشکلات روحی، اخلاقی، معرفتی، ضعف ایمان، نفاق و غیره را یقیناً شفا می‌بخشد و در صورت عمل به آن تخلفی در کار نیست (۲۱). نفاق به این دلیل یک نوع بیماری است که انسان سالم یک چهره بیشتر ندارد، هماهنگی کامل در میان روح و جسم او حکمفرماست، چرا که ظاهر و باطن و روح و جسم همه مکمل یکدیگرند اگر مؤمن است، تمام وجود او فریاد ایمان می‌کشد و اگر منحرف شود باز هم ظاهر و باطن او نشان‌دهنده انحراف است، این دوگانگی جسم و روح درد تازه و بیماری اضافی است، این یک نوع تضاد و ناهماهنگی و از هم گسستگی است که حاکم بر وجود انسان می‌شود (۲۲). طبق روایات یکی کارکردهای درمانی ذکر خداوند، مداوای بیماری نفاق است، لذا رسول خدا (ص) فرموده است: هر که فراوان خدا را یاد کند، از نفاق رهایی می‌یابد (۲۳).

نقش دعا در سلامتی

یکی از وسائل ارتباط بندگان با خدا دعا و نیایش است: «وَ إِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَ لِيُؤْمِنُوا بِی لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ» (بقره: ۱۸۶): «و چون بندگان من از تو درباره من بپرسند (بگو که) من حتماً (به همه) نزدیکم، دعای دعاکننده را هنگامی که مرا بخواند اجابت می‌کنم، پس دعوت مرا بپذیرند و به من ایمان آورند، شاید که راه یابند». در این آیه کوتاه خداوند هفت مرتبه به ذات پاک خود اشاره کرده و هفت بار به بندگان! و از این راه نهایت پیوستگی و قرب و ارتباط و محبت خود را نسبت به آنان مجسم ساخته است (۲۴).

دعا سلاح پیامبران و مؤمنان است، امام علی (ع) بسیار دعا کننده (حَقَّالاً دَعَاءً) بوده است (۲۵).

یکبار از کاهک دهان، مؤثراً دعا - که در آمده‌ها، دند، فراهان: توصیه شده است - بهره‌گیری از آن، راه، دهان، از سماره، و دستار. به سلامت جسم و روح است، صحفه سحاده - که اصابت. و معرفت. مدات دعایی به جای مانده از معصومان (ع)، آکنده از این گونه نیایش‌ها و خواسته‌ها هست، برای نمونه: «... وَ آمَنَّا عَلَيَّ بِالصِّحَّةِ وَ الْأَمْنِ وَ السَّلَامَةِ فِي دِينِي وَ بَدَنِي...» (۲۶): «... بار خدایا، بر من احسان نمای به اعطای تندرستی و امنیت و سلامت در دین من و جسم من...».

دعا و نیایش علاوه بر ایجاد آرامش در انسان، در فعالیت‌های مغزی انسان یک نوع شکستگی و انبساط باطنی و گاهی روح قهرمانی و دلوری را تحریک می‌کند، صفای نگاه، متانت رفتار، انبساط و شادی درونی، چهره پر از یقین، استعداد هدایت و نیز استقبال از حوادث، اینهاست که از وجود یک گنجینه پنهان در عمق روح ما حکایت می‌کند و تحت این قدرت حتی مردم عقب مانده و کم استعداد نیز می‌توانند نیروی عقلی و اخلاقی خویش را بهتر به کار بندند و از آن بیشتر بهره‌گیرند (۲۷). طبق آموزه‌های دینی، نقش دعا بر سلامتی را می‌توان از دو منظر بحث کرد: ۱- نقش دعا در پیش‌گیری از بیماری‌ها، ۲- نقش دعا در درمان بیماری‌ها.

نقش دعا در پیش‌گیری از بیماری‌ها

یکی از کارکردهای مهم دعاها - که بسیاری از آن غافل هستند - نقش آن‌ها در دفع بلا و بیماری است؛ مانند واکنشی که انسان از آن استفاده می‌کند تا بیمار نشود. دفع بلا در واقع پیش‌گیری از نزول بلاست. رفع بلا نیز زمانی است که بلا نازل شده و باید آن را برطرف کرد؛ مثل اینکه شخصی بیمار شده و باید درمان شود (۲۸). دعا برای هر دو مورد کارآمد است؛ لذا در روایت آمده است: «الدُّعَاءُ يَدْفَعُ الْبَلَاءَ النَّازِلَ وَ مَا لَمْ يَنْزِلْ» (۲۹): «دعا، بلا را فرود آورده و بلا را برطرف می‌کند». در روایت دیگری آمده است: «عَلَيْكُمْ بِالْدُّعَاءِ فَإِنَّ الدُّعَاءَ وَ الطَّلِبَ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى يَرُدُّ الْبَلَاءَ وَ قَدْ قَدَّرَ وَ قَضَى فَلَمْ يَبْقَ إِلَّا اِمْتِصَاؤُهُ فَإِذَا دَعَى اللَّهُ وَ سئِلَ صَرْفَهُ صَرْفَهُ» (۳۰): «دعا کنید، چون دعا و طلب کردن از خداوند تعالی، بلا را دفع می‌کند حتی اگر مقدر شده و بدان حکم گردیده و بجز اجرایش چیزی نمانده باشد، در این صورت اگر از خدا بخواهید که آن را برگرداند، برمی‌گرداند».

نقش دعا در درمان بیماری‌ها

از امام کاظم (ع) نقل شده است که هرگاه بر قلب بیمار دعا کردن الهام گردد، نشانه‌ای بر این است که خداوند بیماری او را بهبودی خواهد بخشید (۳۱). یادآوری این نکته نیز خالی از لطافت نیست که خداوند دوست می‌دارد بنده‌اش به هنگام دعا، به صورت کلی دعا نکند بلکه یک به یک خواسته‌هایش را نام ببرد و از خداوند بخواهد (۳۲). روایات فراوانی وارد شده است که در آن‌ها معصومان (ع) به خواندن دعا برای بهبود بیماری‌ها توصیه فرموده‌اند، این روایات به سه دسته تقسیم می‌شوند: ۱) روایاتی که به طور کلی از نقش دعا در درمان تمام بیماری‌ها سخن گفته‌اند، ۲) روایاتی که به خواندن دعا برای درمان بیماری جسمی سفارش کرده‌اند، ۳) روایاتی که به خواندن دعاها برای درمان بیماری روحی توصیه نموده‌اند. در ادامه به آن‌ها اشاره می‌شود. گفتنی

نقش دعا برای درمان بیماری‌های روحی

بسیاری از دعاهای وارده از معصومان (ع) برای درمان بیماری‌های روحی و روانی است؛ یکی از برجسته‌ترین ادعیه، دعای مکارم الاخلاق امام سجاد (ع) در صحیفه سجادیه (دعای بیستم) است (۴۱)، کسب فضائل اخلاقی که در این دعا ذکر شده است موجب زدودن رذائل اخلاقی خواهد گردید و روح و روانی سالم برای انسان در پی خواهد داشت.

در روایات برای درمان: ب‌شما: حال‌ها و اندوه‌ها، ب‌خبر: ادعیه توهین شده است؛ از جمله از امام صادق (ع) نقل شده است: اندوه‌ها ب‌شما: دل‌ها هستند؛ آنگونه که امراض، بدن، سینه، حسه‌ها هستند؛ هرکس به حزن و اندوهی دچار شد، این دعا را بخواند: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ يَا مُفَجِّرَ النَّهَارِ [و] مُطْعِمَ الثَّمَارِ وَ يَا مَنْ سَجَّحَ لُهُ ظُلْمَةَ اللَّيْلِ وَ صَوَّى النَّهَارَ وَ مَا عَلَى [ظَهْرِهِ] الْأَرْضِ وَ مَا فِي [فَجْرِ] الْبَحْرِ أَفْخِحْ لَنَا فِي هَذِهِ السَّاعَةِ [الْبَاب] وَ سَهِّلْ لَنَا صَالِحَ الْأَسْبَابِ وَ يَسِّرْ لَنَا التَّوْبَةَ يَا تَوَّابٌ وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ يَا سَمِيعُ يَا وَهَّابُ» (۴۲).

نقش دعای دیگران در درمان بیماری

برترین دعا پس از درود بر پیامبر (ص) و اهل بیت (ع)، دعای برای برادران دینی و آنگاه دعا برای خود است (۴۳). دعایی که به خاطر دیگری انجام شود، همواره اثربخش‌تر است (۴۴). روایات نیز بر این امر تأکید داشته‌اند، از امام صادق (ع) نقل است که فرمودند: «دُعَاءُ الْمَرْءِ لِأَخِيهِ بِظَهْرِ الْعُيُوبِ يُدِيرُ الرِّزْقَ وَ يَدْفَعُ الْمَكْرُوهَ» (۴۵): «دعای انسان برای برادر (دینی‌اش) در غیاب او روزی را فراوان کند و از ناخوشی و بدی جلوگیری می‌کند». یکی از کسانی که دعایش تأثیر داشت، دعا از طرف خداوند، دعا از طرف امام صادق (ع) است؛ از امام صادق (ع) در مورد نقش دعا، مستمندان: ب‌آ، در زمان: ب‌شما: از نقل شده است: «لَا تَسْتَخِفُّوا بِدُعَاءِ الْمَسَاكِينِ لِلْمَصْرَةِ مِنْكُمْ فَإِنَّهُ سُبْحَاتُ لَهُمْ فَكَمْ هَ لَا سُبْحَاتُ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ» (۴۶): «دعا، مستمندان: ب‌آ، شما: آنجا: را که حکم نندارد؛ ب‌آ دعا، آنجا: درباره شما مستجاب می‌شود ولی (ممکن است) درباره خودشان مستجاب نگردد».

بحث

تفکر و تعمق در عالم هستی گویای این حقیقت است که در تمام حوادث دنیا غیر از علت‌های مادی، عوامل معنوی نیز مؤثر هستند، نظر به این گزاره، در کنار بهره‌گیری از پزشکان و داروها برای درمان بیماری‌ها و کسب سلامتی نباید از ذکر خداوند و دعا و نیایش غفلت ورزید و ضروری است در استفاده از این علل معنوی به تکاپو افتاد، بدین جهت در آموزه‌های دینی به خواندن خداوند متعال (ذکر) و خواستن از او (دعا) برای درمان و سلامت جسم و روان فراوان توصیه شده است و اثرگذاری آن‌ها با تحقیقات تجربی و آزمایشگاهی بر بیماران مختلف به اثبات رسیده است. دعا و ذکر نه تنها جنبه درمانی دارند بلکه به ارتقای روحی و شخصیتی فرد بیمار کمک شایانی می‌کند حتی اگر بهبودی کامل برای بیمار حاصل نگردد.

نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش که برآمده از آیات و روایات بود، ذکر و دعا در سلامت، پیش‌گیری از بیماری و درمان بیماری نقش-آفرین هستند. کارکردهای یاد خدا (ذکر) در دو بخش: ۱) نقش ذکر در سلامتی روح و روان، ۲) نقش ذکر در درمان بیماری‌ها به دست آمد و نقش درمان‌گری ذکر، در سه محور: الف) درمان

است دعا در همه حالات مؤثر است ولی در برخی روایات تصریح شده است که برای درمان بیماری‌ها، دعا در حال سجده صورت پذیرد (۳۳).

نقش دعا برای درمان تمام بیماری‌ها

از ائمه (ع) روایت شده است: «عَلَيْكَ بِالْدُعَاءِ فَإِنَّهُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ» (۳۴): «دعا کنید، چراکه درمان هر دردی است»، امام کاظم (ع) در بیانی زیبا دواي هر دردی را دعا معرفی می‌نماید و می‌فرماید: «لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَسُئِلَ عَنْ ذَلِكَ فَقَالَ لِكُلِّ دَاءٍ دُعَاءٌ فَإِذَا أَلِّهَ الْمَرِيضُ الدُّعَاءَ فَقَدْ أَدِنَ اللَّهُ فِي شِفَائِهِ» (۳۵): «هر دردی دواي دارد. پرسیدند منظور شما چیست؟ فرمود: هر دردی دعایی دارد، پس هرگاه به مریض الهام شد که دعا کند، اذن شفای او داده شده است».

طبق این روایت دعا مختص سلامت جسم با سلامت روان نیست و شامل همه نفع‌ها، سلامتی، مرشد. درباره تأثیر دعا در زمان: ب‌شما: ها، الکسب. کامل نشده است: ب‌شما: نه‌اند که تقدیراً به طور آن، از دردها، حزن، خود، سلطان، و عفونت کله و زخم‌ها، مزاج، سلامتی، استخوان، ب‌شما: نماند شفا یافته‌اند. آن معجزه با حنا: ساعت، سلامت را به شما: باز مردهد که هرگز: حتی امروز: حنا: و فیزیولوژیست‌ها در طول تجربیاتشان مشاهده نکرده‌اند (۳۶).

شایان ذکر است نظام هستی، نظام کوشش است و برای رسیدن به مطلوب باید وسایلی را به کار گرفت، پس دعای بدون تلاش نافذ نیست و دعای بیکار مستجاب نمی‌شود. از سوی دیگر تکیه بر کار خویش، با خلوص دعا و توحید در آن منافات دارد. توحید در دعا یعنی انسان وسایل را به اذن خداوند به کار گیرد و از او هم مطلوب را بخواهد، چنان که یوسف صدیق (ع) درون چاه، هم از خدا نجات خواست و هم طناب را گرفت و از چاه خارج شد و همین تمسک و گرفتن ریسمان نیز فقط در حد وسیله و آن هم به دستور خدا بود. نموداری از جمع بین دعا و انجام دادن کار مناسب از لحاظ بهداشت و درمان، اقتصاد و غیره را می‌توان از این قصه کوتاه استنباط کرد: امیر مؤمنان (ع) از شخصی اعرابی که شتر او جرب و گال گرفته بود پرسید: چرا مداوا نمی‌کنی؟ گفت: می‌کنم. فرمود: با چه؟ گفت: با دعا. امام (ع) فرمود: با دعا مقداری قطران (روغن ویژه درمان گرشتران) هم بگذار (۳۷).

نقش دعا برای درمان بیماری‌های جسمی

روایات فراوانی برای درمان درد شکم، کمر، چشم، دندان و غیره وارد شده است، البته مراد از این روایات، تلاش برای درمان در پرتو توکل به خداوند است (۳۸)، نمونه‌هایی از این روایات:

الف) امام صادق (ع) به کسی که در جایی از بدنش دردی داشت توصیه فرمودند که دستش را بر موضع درد نهد و سه بار بخواند: «اللَّهُ اللَّهُ رَبِّي حَقًّا لَا أَشْرَكَ بِهِ شَيْئًا اللَّهُمَّ أَنْتَ لَهَا وَ لِكُلِّ عَظِيمَةٍ فَرَّجَهَا عَنِّي» (۳۹).

ب) در روایتی امام صادق (ع) برای درمان درد چشم به یکی از یارانش آموزش می‌دهد که این دعا را بعد از نماز صبح و مغرب بخواند: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ عَلَيْكَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ اجْعَلْ النُّورَ فِي بَصَرِي وَ الْبَصِيرَةَ فِي دِينِي وَ الْيَقِينَ فِي قَلْبِي وَ الْإِخْلَاصَ فِي عَمَلِي وَ السَّلَامَةَ فِي نَفْسِي وَ السَّعَةَ فِي رِزْقِي وَ الشُّكْرَ لَكَ أَبَدًا مَا أَتَيْتَنِي» (۴۰).

10. Tamimi Al-Amudi, AW. *Ghurur Al-Hikam wa Durar Al-Kalim*. 2th Edition, Qom: Dar Al-Kutb Al-Islamiyah; 1989. P.369. (in Arabic)
11. Tamimi Al-Amudi, AW. *Ghurur Al-Hikam wa Durar Al-Kalim*. 2th Edition, Qom: Dar Al-Kutb Al-Islamiyah; 1989. P.369. (in Arabic)
12. Tamimi Al-Amudi, AW. *Tasnif Ghurur Al-Hikam wa Durar Al-Kalim*. 1th Edition, Qom: Islamic Advertising Office ; 1987. P.189. (in Arabic)
13. Barghi, A. *Al Mahasen*. 2th Edition, Qom: Al-Islam Atheist; 1992. V.1. P.43. (in Arabic)
14. Raghīb Isfahani, H. *Al-Mufradat fi Gharib Al-Quran*. 1th Edition, Beirut: Dar Al-Qalam; 1991. P.415. (in Arabic)
15. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.424. (in Arabic)
16. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.3. P.358. (in Arabic)
17. Saduq, Ibn Babawayh. *Al Amali*. 6th Edition, Tehran: Ketabchi; 1997. P.543. (in Arabic)
18. Ravandi, Q. *Invitations (Al-Daawat)*. 1th Edition, Qom: Imam Mahdi School; 1986. P.83. (in Arabic)
19. Saduq, Ibn Babawayh. *Thawāb Al-a'māl wa 'iqāb Al-a'māl*. 2th Edition, Qom: Dar Al-Sharif Al-Razi Lennashr; 1985. P.162. (in Arabic)
20. Ravandi, Q. *Invitations (Al-Daawat)*. 1th Edition, Qom: Imam Mahdi School; 1986. P.86. (in Arabic)
21. Javadi-Amoli, A. *Tasnim*. Qom:Esra; 2010. V23. P58. (in Persian)
22. Makarem Shirazi, N. *Tafsir Nemooneh*. 1th Edition, Tehran: Dare Elektb Al-Islamiyya Publication; 1995. V.1. P.94. (in Persian)
23. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.500. (in Arabic)
24. Makarem Shirazi, N. *Tafsir Nemooneh*. 1th Edition, Tehran: Dare Elektb Al-Islamiyya Publication; 1995. V.1. P.638. (in Persian)

وسواس، ب) درمان افسردگی، ج) درمان نفاق حاصل شد. این یافته‌ها نشان می‌دهند که توصیه‌ها به ذکر در آیات و روایات غالباً ناظر بر سلامت و درمان روان هستند؛ زیرا برخورداری از روان سالم به شادابی و نشاط روحی و این نشاط به تجهیز قوای جسمی و درمان بیماری جسمی کمک شایانی خواهند کرد. همچنین کارکردهای دعا در دو بخش (۱) نقش دعا در پیش‌گیری از بیماری‌ها، (۲) نقش دعا در درمان بیماری‌ها به دست آمد. نقش درمان‌گری دعا، در چهار محور: الف) درمان تمام بیماری‌ها، ب) درمان بیماری‌های جسمی، ج) بیماری‌های روحی، د) دعای دیگران در درمان بیماری حاصل گردید. یافته‌ها در کارکردهای دعا نشان می‌دهند که سفارش‌ها به دعا طبق آیات و روایات برای پیش‌گیری و درمان بیماری‌های جسمانی و روحانی است؛ به نظر می‌آید تفاوت ذکر با دعا - که اولی منحصر در سلامت روان و دومی اعم از سلامت جسم و روان بود-، به سبب این است که انسان‌ها بیش از ذکر به دعا مشغول هستند و پیوسته در مشکلات و بیماری‌های به‌ویژه به هنگام ناامیدی از علل مادی، رو به خداوند آورده و با زبان و جان خود یکسر او را می‌خوانند.

References

1. Javadi Amoli, A. The Conduct of Prophet (P.b.u.h) in Quran, The Subject Commentary on the Holy Quran, Qom. *Esra*. 2006. (8). P.264. (in Persian)
2. Kahfi, SR. The Influence of Namaaz on the Health of Body and Spirit in the Perspective of Quran and Sunnah from the viewpoint of Medical Sciences (Master's Thesis). South Tehran Center University; 2013. P.2. (in Persian)
3. Rahmani, F. *The Role and Effect of Prayer on Spiritual and Physical Health of Humans in Islam and Christianity* (Master's Thesis). Islamic Azad University Tehran Central Branch; 2014. P90. (Full Text in Persian)
4. Javadi-Amoli, A. *Tasnim*, Qom:Esra; 2010. V,10. P,166. (in Persian)
6. Makarem Shirazi, N. *Tafsir Nemooneh*. 1th Edition, Tehran: Dare Elektb Al-Islamiyya Publication; 1995. V.10. P. 210-216. (in Persian)
7. Qara'ati, M. *Tafsir Noor*. 11th Edition, Tehran: Cultural Institute Publications Lessons from the Quran; 2004.V.5. P.405. (in Persian)
8. Javadi-Amoli, A. *Tasnim*. Qom: Esra; 2010. V.3. P.500. (in Persian)
9. Tabatabaee, MH. *The Balance in interpretation of Quran (Tafsir Al-Mizan)*. 5th Edition, Qom: Qom scientific board of educators in social Islamic publication office; 1995.V.4. P.315. (in Arabic)

36. Shariati, A. *Prayer*. Tehran:Elham; 2005. P.49. (in Persian)
37. Javadi-Amoli, A. *Tasnim*. Qom:Esra; 2010. V.9. P.422-423. (in Persian)
38. Mughniyya, MJ. *Tafsir-Al-Kashif*. 1th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 2003. V.1. P.287-288. (in Arabic)
39. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.565. (in Arabic)
40. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.549-550. (in Arabic)
41. Imam Zeinol Abedin (P.B.U.H). *Sahifeh Sajjadih*. Translated by: Mohammad Mahdi Rezayi, 1th Edition, Tehran: Osveh; 2004. P.92-102. (Arabic-Persian)
42. Ravandi, Q. *Invitations (Al-Daawat)*. 1th Edition, Qom: Imam Mahdi School; 1986. P.118-119. (in Arabic)
43. Tabresi, H. *Makarem Al-Akhlaq*. 4th Edition, Qom: Al-Sharif Al-Razi; 1991.P.389. (in Arabic)
44. Carrel, A. *Man of the Unknown*. Translated by: Shakiba Pur. 2th Edition, Tehran: Shahriar; 2005. P.49. (in Persian)
45. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.507. (in Arabic)
46. Majlesi, MB. *Bihar Al-Anwar*. 2th Edition, Beirut: Dar Al-Ehya Al-torath Al-Arabi; 1982. V.59. P.276. (in Arabic)
25. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.468. (in Arabic)
26. Imam Zeinol Abedin (P.B.U.H). *Sahifeh Sajjadih*. Translated by: Mohammad Mahdi Rezayi, 1th Edition, Tehran: Osveh; 2004. P.129. (Arabic-Persian)
27. Carrel, A. *Man of the Unknown*. Translated by: Shakiba Pur, 2th Edition, Tehran: Shahriar; 2005. P.94. (in Persian)
28. Javadi-Amoli, A. *Breeze of Thought (Nasim Andishe)*. Qom:Esra; 2010. V.2. P.26. (in Persian)
29. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.469. (in Arabic)
30. Ibn Fahd Hali, A M. *Ada Al-Dai'i and Najah Al-Sa'I*. Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986. P.17. (in Arabic)
31. Tabresi, H. *Makarem Al-Akhlaq*. 4th Edition, Qom: Al-Sharif Al-Razi; 1991.P.389. (in Arabic)
32. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.476. (in Arabic)
33. Majlesi, MB. *Bihar Al-Anwar*. 2th Edition, Beirut: Dar Al-Ehya Al-torath Al-Arabi; 1982. V.59. P.287. (in Arabic)
34. Kulayni, M. *Al-Kafi*. Research by: Ali Akbar Ghaffari, Muhammad Akhundi, 4th Edition, Tehran: Dar Al-Kotob Al-Eslamiyyah; 1986.V.2. P.470. (in Arabic)
35. Majlesi, MB. *Bihar Al-Anwar*. 2th Edition, Beirut: Dar Al-Ehya Al-torath Al-Arabi; 1983. V.78. P.212. (in Arabic)