

ماهنامه علمی - اطلاع رسانی

# دانش مستدام

سال هفتم، شماره ۷۷، بهمن ۱۴۰۳

# فصلنامه علمی



مشاهده نشریه  
در پایگاه «مگیران»



شماره‌های  
پیشین نشریه

نقل مطالب با ذکر منبع و حفظ حقوق مادی و معنوی نویسندگان مجاز است.

صاحب امتیاز: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قم

مدیر مسئول: دکتر ابوالفضل ایرانی خواه

سردبیر: دکتر اکرم حیدری

هیأت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):

حمید آسایش، مرتضی حیدری، احسان اله درویشی، محسن رضایی آدریانی، محمود شکوهی تبار، زهرا طاهری خرامه، احمد مشکوری، منصوره مدنی، محمد مهری لیقوانی.

مدیر اجرایی: زهرا سادات علایی طباطبایی

تیم اجرایی: محمد سالم، سیده طاهره موسوی.

ویراستار: حورا خسته

طراحی و صفحه آرایی: فاطمه سادات حسینی

ماهنامه «دانش سلامت و دین» ضمن استقبال از نقدها و پیشنهادها شما، آمادگی دارد مطالب ارسالی را منتشر نماید.

hrj@muq.ac.ir

۲۵-۳۷۷۰۱۴۹۷

لینک راهنمای نویسندگان

### سخن آغازین

۳.....خطبه در تشویق به عمل

۴.....پیام سلامت و دین (۶۱)

### سلامت در قرآن و روایات

۵.....پندهای قرآن درباره کاربرد گفتار و زبان  
ناهید جلیله‌وند

### سلامت و مراقبت معنوی

۹.....توکل و خودمراقبتی معنوی: راهنمایی برای بهزیستی  
زهرا طاهری خرامه

### فقه سلامت

۱۱.....پیرامون فرزندآوری  
احمد مشکوری

### تحلیل اخلاق - حقوق موارد

۱۳.....اخلاق پزشکی در طب مکمل و جایگزین  
حمید آسایش، احمد مشکوری، محسن رضایی آدریانی

### تاریخ علوم پزشکی

۱۶.....پاپروس ادوین اسمیت؛ اولین سند مکتوب شناخته شده  
جهان در زمینه جراحی  
جمیله خوش صورت، مریم محسنی سیف‌آبادی

### معرفی کتاب

۱۹.....حدیث زیست: درس‌نامه «شرح چهل حدیث» امام خمینی رحمته الله علیه

۲۰.....پیام سلامت و دین (۶۲)





## خطبه در تشویق به عمل

اکنون که در عرصه‌گاه حیات هستید، عمل کنید، تا پرونده‌ها گشوده و راه توبه باز و روی گردان از حق به حق دعوت می‌شود و عاصی را امید می‌دهند، پیش از آنکه چراغ عمل خاموش گردد و مهلت از دست برود و مدت عمر سر آید و راه توبه بسته شود و فرشتگان (نامه‌ها را بسته) به آسمان روند. انسان باید از همه قدرت خود برای خود و از حیات برای مرگ و از امور فانی برای حیات باقی و از آنچه از دست می‌رود برای جای ابدی توشه بگیرد. چنین کسی شخصی است که از خدا ترسید، در صورتی که تا رسیدن اجل فرصتش داده‌اند و تا انجام عمل مهلت را در اختیارش گذاشته‌اند. او مردی است که نفس را دهنه‌بند زده و مهارش را در اختیار خود دارد. نفس را با آن دهنه‌بند از آنچه خدا نهی فرموده بازداشته است و با مهار آن خود را به‌سوی بندگی حق می‌برد.

منبع: نهج البلاغه، خطبه ۲۳۷. ترجمه حسین انصاریان <https://>

[www. Erfan.ir/farsi/nahj1-237](http://www. Erfan.ir/farsi/nahj1-237)، دسترسی در تاریخ ۱۴۰۳/۹/۲۴



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی  
دانشگاه علوم پزشکی تهران

پیام سلامت و دین (۶۱)

دوستانِ کودکان ما چه کسانی اند؟

دوست هر کس نمایانگر عقل و شخصیت  
اوست.

دوست کودکانمان باشی  
و بر دوستی‌هایشان به صورت غیر مستقیم  
نظارت کنی.



دانشگاه

ماهنامه علمی - اطلاع‌رسانی  
سال هفتم، شماره ۷۷



## پندهای قرآن درباره کاربرد گفتار و زبان

ناهید جلیله‌وند<sup>۱</sup>

### چکیده:

**مقدمه:** گفتار، توانایی منحصر به فرد انسان‌هاست. خداوند در قرآن کریم فرمود که او توانایی گفتار را به انسان آموخته است. بسیاری از آیات قرآن نیز چگونه استفاده کردن از توانایی سخن گفتن را می‌آموزند. هدف از این نوشتار جست‌وجو در آیات قرآن درباره پندهای قرآنی چگونگی استفاده از گفتار است.

**روش:** برای این مطالعه از پایگاه‌های <http://com.ahlolbait.wiki/> و <https://com.parsquran.com> کمک گرفته شد. از واژگان بیان، لسان، یکلم، تکلم، قل، کلمه، یقولون، تقولوا، قولوا، برای یافتن آیات مرتبط با گفتار و زبان استفاده شد. آیات دارای کلمات مربوط به گفتار و زبان استخراج و آیتی که معنی آن‌ها پند و نصیحت در خصوص چگونگی استفاده از زبان و گفتار بود جدا شدند.

**یافته‌ها:** آیات استخراج شده عبارتند از: ۳ آیه دارای کلمه «بیان»، ۱۶ آیه با کلمه «لسان»، ۶ آیه دارای کلمه «یکلم»، ۱۰ آیه دارای کلمه «تکلم»، ۲۸۰ آیه دارای کلمه «قل»، ۲۸ آیه دارای «کلمه»، ۱۳۹ بار کلمات یقولون (می‌گویند)، تقولوا (می‌گویید)، قولوا (بگویید). آیات دارای پندهایی درباره چگونگی استفاده از گفتار جدا شدند.

**نتیجه‌گیری:** قرآن کتاب هدایت‌کننده انسان‌هاست. انسان توانایی ارتباط به روش زبان گفتاری را داراست و به واسطه آن پیام خود را به افراد جامعه منتقل می‌کند، اما در استفاده از این روش ارتباطی باید به قوانین پایبند باشد تا محتوای کلام را به شکل مناسب و درست و منطقی استفاده

نماید؛ در غیر این صورت گفتار می‌تواند به روابط انسان‌ها صدمه وارد کرده، عواقب جبران‌ناپذیری را به دنبال داشته باشد. در قرآن کریم این قوانین برای استفاده مناسب و شایسته از زبان وجود دارد. راست‌گویی، صداقت در گفتار، خوش‌زبانی، رعایت احترام در گفتار، بلند صحبت نکردن، یکی بودن دل و زبان، یکی بودن زبان و عمل از دستورهای است که خداوند در قرآن برای چگونگی کاربرد زبان به مردم می‌آموزد. در این زمینه، مطالعاتی درباره شکایات مردم در دادگاه‌ها می‌تواند گواه آن باشد که نادیده گرفتن و بی‌توجهی به پندهای قرآن کریم در خصوص روابط کلامی انسان‌ها تا چه اندازه می‌تواند به روابط خانوادگی و اجتماعی انسان‌ها خدشه وارد نماید.

**واژگان کلیدی:** قرآن؛ پند؛ کاربرد گفتار و زبان.

### مقدمه

قرآن کتاب آسمانی ما مسلمانان است. در آیه چهارم سوره الرحمن، «عَلَّمَهُ الْبَيَانَ» به معنی «به او بیان آموخت» اثبات می‌کند این ویژگی موهبتی است که خداوند آن را به انسان بخشیده است. بنابراین، از تعالیم قرآن چنین می‌توان آموخت که زبان‌آموزی و ویژگی فطری انسان است (خوش‌منش. ۱۳۹۲: ۸۵-۱۰۰). توانایی گفتار و ارتباط

۱. گروه گفتاردرمانی، دانشکده علوم توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران. Jalilevand.n@iums.ac.ir



کلامی از ویژگی‌های است که انسان را از سایر موجودات عالم متمایز می‌سازد. در واقع، گفتار توانایی منحصر به فرد انسان‌هاست (اسکندری و اعلمی‌نیا. ۱۳۹۵: ۹۸-۶۳). محققان فطرت‌گرا توانایی حرف زدن را توانایی ذاتی انسان می‌دانند (نیلی‌پور. ۱۳۸۷). زبان‌شناسان نیز معتقدند که انسان به یک دستگاه ذاتی یادگیری زبان مجهز هست و کودکان با این استعداد ذاتی و این دستگاه ذاتی زبان را یاد می‌گیرند (Litchfield & Lambert, 2011)).

زبان راه ارتباط بین خدا و انسان‌هاست. زبان قرآن عربی است، اما قابلیت ترجمه آن به زبان‌های دنیا وجود دارد. بنابراین، همه انسان‌ها می‌توانند آموزه‌های قرآن را به زبان نوشتاری بخوانند و صدای قاریان قرآن را بشنوند... آیات قرآن پر از پند و هدایت‌کننده مردم است؛ برای مثال آیه ۲۹ سوره ص: «كِتَابٌ أَنْزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ وَلِيَتَذَكَّرَ أُولُو الْأَلْبَابِ؛ کتابی فرخنده بر تو فرو فرستادیم تا در آیات آن تدبیر کنند و خردمندان از آن پند گیرند».

آیه ۴۶ سوره نور: «لَقَدْ أَنْزَلْنَا آيَاتٍ مُبَيِّنَاتٍ وَاللَّهُ يَهْدِي مَنْ يَشَاءُ إِلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيمٍ؛ همانا آیات و ادله بسیار روشن (برای هدایت عموم خلق) فرستادیم و خدا هر که را خواهد به راه راست هدایت می‌کند».

رعایت آداب سخن گفتن در بین انسان‌ها جایگاهی ویژه دارد. نمونه رفتارهای کلامی‌ای که والدین، پیامبران، علما، نویسندگان و شعرا، بزرگان و مدرسان از کاربرد آن‌ها منع می‌کنند عبارت‌اند از: دروغ‌گویی، بی‌احترامی به یکدیگر با استفاده از کلمات توهین‌آمیز، پرحرفی، سخن‌چینی، غیبت کردن، تهمت زدن و با صدای بلند صحبت کردن.

تداوم روابط اجتماعی انسان‌ها مستلزم حفظ حرمت و رعایت اخلاق جامعه‌پسند است. رفتار و اخلاق اجتماعی مورد پسند جامعه به انسان‌ها کمک می‌کند که روابط اجتماعی خود را حفظ نمایند و مورد احترام افراد جامعه قرار بگیرند. استفاده از واژگان محترمانه، لحن و آهنگ مطلوب در گفتار، روابط کلامی متناسب با موقعیت اجتماعی، استفاده نکردن از گفتار بیش از نیاز که باعث خستگی شنوندگان شود (پرگویی) و صداقت در گفتار، نمونه رفتارهای کلامی مورد نیاز در زندگی اجتماعی است.

خداوند به انسان بیان را آموخت. وقتی خداوند در قرآن کریم می‌فرماید که توانایی حرف زدن را به انسان بخشیده است، به‌یقین در قرآن پندهایی را برای چگونگی استفاده

مناسب از گفتار را به انسان آموخته است. در آیات متعدد، خداوند با کلمه «قل» و «قولوا» به گفتن فرمان می‌دهد. خداوند در آیه ۸۳ سوره بقره دستور می‌دهد: «قُولُوا لِلنَّاسِ حُسْنًا؛ با مردم به زبان خوش سخن بگویید». بنابراین، خداوند با آیات قرآن به انسان می‌آموزد که توانایی سخن گفتن موهبتی الهی است و چگونه از این موهبت استفاده کند و در واقع، روش سخن گفتن را به او می‌آموزد.

شهادی‌تبار و همکاران با بررسی آیات قرآن کریم به این نتیجه رسیدند که زبان در قرآن نقشی اساسی دارد. فطری بودن زبان در قرآن تأیید شده است و نکاتی را به لحاظ کاربرد اجتماعی زبان مطرح می‌کنند؛ برای مثال مردم اجازه ندارند یکدیگر را تمسخر کنند، مردم باید همدیگر را بشناسند تا با یکدیگر تعامل صحیح داشته، در حق یکدیگر تبعیض نداشته باشند (Shahiditabar, 2017)). کاشانی‌ها با موضوع آداب سخن در قرآن، برخی از آداب سخن گفتن در قرآن را استخراج کرده است؛ برای مثال: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید صدای خود را فراتر از صدای پیامبر نکنید و در برابر او بلند سخن مگویید» (حجرات: ۲)، «با همه مردم خوب سخن بگویید. به پدر و مادر و نزدیکان و یتیمان و یتیمان نیکی کنید، به مردم نیک بگویید» (بقره: ۸۳)، «به بندگانم بگو، سخنی بگویند که بهترین باشد» (اسراء: ۵۳). دیگر خصوصیات سخن گفتن: «اطاعت و سخن‌سنجیده (برای آنان بهتر است)» (محمد: ۲۱)، «پس به نرمی با او سخن بگویید، شاید متذکر شود، یا (از خدا) بترسد» (طه: ۴۴)، «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! چرا سخنی می‌گویید که عمل نمی‌کنید» (صف: ۲)، «با بیانی رسا، نتایج اعمالشان را به آنها گوشزد کن» (نساء: ۶۳)، «کمترین اهانتی به آنها روا مدار و بر آنها فریاد مزن و گفتار لطیف و سنجیده و بزرگوارانه به آنها بگو» (اسراء: ۲۳)، «با گفتار نرم

از پندهای قرآن کریم در گفتار و زبانمان استفاده کنیم؛ خوش‌زبان باشیم و با ملایمت و لحن خوش با یکدیگر صحبت کنیم. در شرایطی که لازم است، سکوت کنیم. به حق سخن بگوییم و در گفتار از کذب و دروغ بپرهیزیم. زبان و عمل و اندیشه ما باید در راستای یکدیگر باشند. برای سخنانی که به زبان می‌آوریم علم کافی داشته باشیم و بدون دانش کافی با یکدیگر صحبت نکنیم



و آمیخته با لطف (آسان)، با آنان سخن بگو» (اسراء: ۲۸)، «سخن حق و استوار بگوید» (احزاب: ۷۰)، «و از سخن باطل پرهیزید» (حج: ۳۰)، «و به سوی سخنان پاکیزه و دلپسند هدایت میشوند» (حج: ۲۴)، «پس به گونه‌ای هوس انگیز سخن نگویند که بیمار دلان در شما طمع کنند و سخن شایسته بگویند» (احزاب: ۳۲) (کاشانی‌ها، ۱۳۸۴). با توجه به اینکه در خصوص تعالیم قرآن درباره کاربرد زبان در جامعه منابع متعددی وجود ندارد، این مطالعه از طریق جست‌وجو در پایگاه‌های اینترنتی با هدف مروری بر آیات قرآن درباره پندها و چگونگی استفاده از گفتار و زبان انجام شد.

روش: با استفاده از پایگاه <http://parsquran.com> و <https://com.ahlolbait.wiki/> جست‌وجو در قرآن با استفاده از کلیدواژه‌های مربوط به گفتار و زبان شامل: بیان، لسان، تکلم، یکلم، قل، کلمه، قولو، یقولون انجام شد.

#### یافته‌ها

آیه‌های دارای واژه‌های مربوط به گفتار و زبان عبارت‌اند از: ۳ آیه دارای کلمه «بیان»، ۱۴ آیه با کلمه «لسان»، ۶ آیه دارای کلمه «یکلم»، ۱۰ آیه دارای کلمه «تکلم»، ۲۸۰ آیه دارای کلمه «قل»، ۲۸ آیه دارای «کلمه» و ۱۳۹ بار کلمات یقولون (می‌گویند)، تقولو (بگویند)، قولو (بگویند) بودند. آیات دارای پندهایی درباره چگونگی استفاده از گفتار و زبان تفکیک شدند. پندهای به‌دست‌آمده از این آیات عبارت‌اند از: خداوند از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌خواهد تا در بیان آیات زبان را با عجله حرکت ندهد. شاید از این دستور بتوانیم در همه شرایط استفاده کنیم؛ نه تنها در تلاوت قرآن تعجیل نداشته باشیم، بلکه با عجله نیز صحبت نکنیم، معلم‌ها در تدریس خود با عجله صحبت نکنند و حتی در خواندن آیات قرآن سرعت نداشته باشیم.

خداوند به زکریا و حضرت مریم دستور سه روز سکوت (سوره‌های مریم و آل عمران) داد. نشانه‌ای در این «دستور به سکوت» نهفته است. احتمالاً در برخی شرایط در حضور مردم سکوت بهتر از گفتگوست. ممکن است بسیاری از گفتگوهای توأم با تنش و عصبانیت سرانجام خوشایندی نداشته باشند. تنش و عصبانیت می‌تواند سلامت جسمی انسان را به خطر اندازد. اگر در این شرایط مردم سکوت

کنند و به گفتگوی پرتنش ادامه ندهند به سلامت جسمی خود کمک خواهند کرد.

خداوند دستور می‌دهد تا مردم برای مکالمه از زبان خوش استفاده کنند و به‌صراحت در سوره اسراء می‌فرماید: «بندگانم را بگو که همیشه سخن بهتر را بر زبان آورند که شیطان میان آنان دشمنی و فساد برمی‌انگیزد؛ زیرا دشمنی شیطان با آدمیان واضح و آشکار است». بنابراین، یکی از دلایل بروز دشمنی بین مردم استفاده نادرست از گفتار است. بسیاری از اختلافات بین مردم به دلیل استفاده از لحن و کلمات ناشایست است. فحش و ناسزاگویی و رفتار کلامی توهین‌آمیز و زننده روابط انسان‌ها را مخدوش می‌کند. اگر مردم خوش‌زبان باشند و با ملایمت و لحن خوش با یکدیگر صحبت کنند و گاه در شرایطی که لازم است سکوت کنند، شاید همین روش‌ها به رفع اختلافات کمک کند.

خداوند از بندگان خود می‌خواهد با یتیمان و حتی سفیهان با زبان خوش و نیکو صحبت کنند. یکی از روش‌های حرمت نگه داشتن زیردستان، رعایت احترام آن‌هاست. خوش‌زبانی و ملاحظت در گفتار با این افراد یکی از روش‌های حرمت نگه داشتن آن‌هاست.

خداوند برای پدر و مادر جایگاهی ویژه قائل است و دستور می‌دهد که با والدین به‌گونه‌ای صحبت کنید که رنجیده‌خاطر نشوند. نباید با آن‌ها با صدای بلند صحبت کنید. باید با والدین با احترام سخن بگویید. بنابراین لحن شایسته، آرام صحبت کردن، نگه داشتن حرمت والدین و خوش‌زبانی مانع از رنجش آنان می‌گردد.

راست‌گویی و صداقت در گفتار از نشانه‌های انسان‌های پرهیزکار است. خداوند از بندگان خود می‌خواهد که به حق و صواب سخن بگویند؛ چنان‌که در آیه ۷۰ سوره احزاب می‌فرماید: «ای اهل ایمان، متقی و خداترس باشید و همیشه به حق و صواب سخن گویند». به حق سخن گفتن، یعنی گفتار کذب و دروغ نداشته باشیم. از شرایط روابط بین انسان‌ها گفتگو به راستی و درستی است. در قوانین نیز حتی نشر اکاذیب، شهادت دروغ و گزارش خلاف قابل پیگیری است و مشمول مجازات خواهد بود. خداوند ویژگی منافقان را در گفتارشان توصیف می‌کند که زبان و دلشان یکی نیست. افرادی که کلامی به زبان جاری می‌کنند، اما به سخن خود اعتقاد ندارند، در گفتار صداقت

ندارند.

خداوند مردم را از سخنی که به زبان می‌آورند، ولی به آن علم ندارند نهی می‌کند؛ چنان‌که در آیه پانزدهم سوره نور می‌فرماید: «زیرا شما آن سخنان را از زبان یکدیگر تلقی کرده، حرفی بر زبان می‌گفتید که به آن علم نداشتید و این کار را سهل و کوچک می‌پنداشتید؛ در صورتی که نزد خدا (گاهی) بسیار بزرگ بود».

بنابراین، ما انسان‌ها باید برای سخنانی که به زبان می‌آوریم علم کافی داشته باشیم و کورکورانه و بدون دانش کافی با یکدیگر صحبت نکنیم.

در قرآن کریم، افرادی که سخنی می‌گویند، ولی به آن عمل نمی‌کنند مورد سؤال قرار گرفته شده‌اند؛ چنان‌که خداوند در آیه دوم سوره صف می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! چرا سخنی می‌گویید که عمل نمی‌کنید؟» بنابراین بندگان خدا باید بدانند که زبان و عمل و اندیشه باید در راستای یکدیگر بوده، مغایرتی با یکدیگر نداشته باشند.

### نتیجه‌گیری

خداوند قرآن کریم را برای هدایت انسان‌ها فرستاد. موهبت استفاده از زبان گفتاری به انسان‌ها داده شد تا به واسطه آن پیام خود را به افراد جامعه منتقل کنند. در آیات قرآن قوانینی برای چگونگی استفاده از این روش ارتباطی وجود دارد تا انسان‌ها بتوانند با این قوانین محتوای کلام را به شکل مناسب و درست و منطقی بیان کنند. استفاده نامناسب از گفتار می‌تواند به روابط انسان‌ها صدمه وارد کند و عواقبی جبران‌ناپذیر را به دنبال داشته باشد. راست‌گویی، صداقت در گفتار، خوش‌زبانی، رعایت احترام در گفتار، بلند صحبت نکردن، یکی بودن دل و زبان، و یکی بودن زبان و عمل از دستورات خداوند به مردم در قرآن کریم

برای چگونگی کاربرد زبان است. پژوهش درباره شکایاتی که مردم را به دادگاه‌ها کشانده است، می‌تواند گواه آن باشد که نادیده گرفتن و بی‌توجهی به قوانین استفاده از روابط کلامی بین انسان‌ها تا چه حد می‌تواند به روابط خانوادگی و اجتماعی انسان‌ها خدشه وارد نماید.

### منابع:

- خوش‌منش، ابوالفضل (۱۳۹۲). «فطری بودن زبان قرآن». پژوهشنامه تفسیر و زبان قرآن. شماره سوم. ص ۸۵-۱۰۰.
- اسکندری، حسین، اعلمی‌نیا، منصوره (۱۳۹۵). «انسان به‌منزله مسئله‌ای زبانی (دیدگاه مولانا درباره نقش زبان در تعیین وضعیت روانی و رفتار انسان)». مطالعات روانشناسی بالینی. شماره ۲۴. ص ۶۳-۹۸.
- Litchfield, K. A., & Lambert, M. C. (2011). Nativist Theory. In S. Goldstein & J. A. Naglieri Encyclopedia of Child Behavior and Development (Eds). - Springer US: ment (pp. 991-992). Boston, MA
- نیلی‌پور، رضا (۱۳۸۷). چامسکی و انقلاب زبان‌شناسی. نشر داتره.
- Shahiditabar, M., Mozaheb M. A., Mohseni, M., - Babaii, A., Dehchali, A. & Mousavi S. M. (2017). The Place of Language in the Holy Quran as a Linguistic Heritage. Journal of Applied Linguistics and Language Research. Vol. 4, No. 4, 291-300
- کاشانی‌ها، زهرا (۱۳۸۴). «آداب سخن در قرآن». رشد آموزش قرآن. شماره ۹.
- <http://parsquran.com>
- <https://wiki.ahlolbait.com>



کیفیت تحلیل نظرات و عقاید و مسائل است که تا چه حد فرد عقاید و نظرات را مورد بررسی قرار داده، در رد و پذیرش آن‌ها اقدام کرده است (ابراهیم، ۱۳۸۹).

### تفکر در نهج البلاغه

در نهج البلاغه، بر تفکر و تدبیر، به‌عنوان یکی از اصول بنیادین در زندگی انسانی و دینی، تأکید شده است. امام علی علیه السلام در کلمات خود به اهمیت اندیشیدن و تأمل در امور مختلف اشاره کرده، آن را راهی برای شناخت حقیقت و دستیابی به رشد معنوی می‌داند. ایشان می‌فرمایند: «الْفِكْرُ فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ عِبَادَةُ الْمُخْلِصِينَ» (نهج البلاغه، حکمت ۳۸)؛ تفکر در ملکوت آسمان‌ها و زمین عبادت مخلصان است. این سخن، نشان‌دهنده اهمیت تفکر در شناخت خداوند و تقویت ایمان است. تفکر در نعمت‌های خداوند و چگونگی آفرینش، فرد را به قدردانی بیشتر و نزدیکی بیشتر به خداوند هدایت می‌کند.

### اهمیت تفکر

آینه‌ای برای شناخت حقیقت: امام علی علیه السلام در حکمت پنجم نهج البلاغه می‌فرماید: «فکر آینه صافی است». این جمله نشان‌دهنده این است که انسان با کمک تفکر می‌تواند حقایق را بهتر درک کند و از خطاها دور بماند.

عبادت برتر: در روایات اسلامی آمده است: «هیچ عبادتی برتر از اندیشیدن در مخلوقات خدا نیست». این نشان می‌دهد که تفکر به‌عنوان یک عمل عبادی، ارزشی والا دارد و می‌تواند انسان را به خدا نزدیک‌تر کند.

پیشگیری از لغزش‌ها: امام علی علیه السلام بر این نکته تأکید دارند که خفتن عقل انسان‌ها باعث لغزش‌های آنان می‌شود و می‌فرماید: «پناه می‌بریم به خدا، از خفتن عقل و زشتی لغزش» (نهج البلاغه، خطبه ۲۲۴).

### ابعاد تفکر

تفکر در آفرینش: در دیدگاه امام علی علیه السلام طبیعت و مظاهر و جلوه‌های آن، از نمونه‌های بارز تفکر است و برخی از موضوعات طبیعت را برای مطالعه، در راستای کشف قوانین و شناخت حاکمیت اراده خداوند بر طبیعت نام می‌برند. اندیشیدن در عظمت خداوند و نعمت‌های او می‌تواند انسان را به سمت راه راست هدایت کند.

تفکر در آموزه‌های دینی: امام علی علیه السلام همچنین بر اهمیت تفکر در آموزه‌های دینی تأکید ویژه دارند.

۱. مرکز تحقیقات سلامت معنوی، دانشکده سلامت و دین، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران. Ztaheri@muq.ac.ir

## تفکر و خودمراقبتی معنوی: راهنمایی برای بهزیستی

زهرا طاهری خرامه<sup>۱</sup>

### چکیده

در دنیای پرشتاب و اغلب پر آشوب امروز، خودمراقبتی معنوی به‌عنوان یک عمل حیاتی برای حفظ سلامت روان و عاطفی شناخته شده است. تفکر از مهارت‌های مهم در خودمراقبتی معنوی است که به تأمل در آیات الهی، نعمت‌های خداوند و فلسفه زندگی می‌پردازد. تفکر می‌تواند به درک عمیق‌تر از معنای زندگی و جایگاه انسان در جهان کمک کند. این مقاله به بررسی اهمیت تفکر، به‌عنوان یک مهارت خودمراقبتی معنوی، ابعاد و تأثیر آن بر بهبود کیفیت زندگی می‌پردازد.

واژگان کلیدی: تفکر؛ خودمراقبتی معنوی؛ آموزه‌های اسلامی.

### تعریف تفکر

تفکر، فرایندی عقلانی است که با استفاده از ابزارها و سمبل‌ها مفاهیم و معانی خود را بیان می‌کند؛ مثلاً الفاظ، سمبل‌هایی هستند که در عمل اندیشیدن بر واقعیت‌ها دلالت دارند. هر نوع فعالیت عقلانی که مشکلی را حل نماید، از دیدگاه روانشناسان، تفکر نامیده می‌شود. روشن است آنچه اهمیت دارد، نحوه تفکر و



در زندگی را تقویت می‌کند (Gubi, 2011).

۵. **ذهن آگاهی:** تفکر به افراد کمک می‌کند که در لحظه حاضر و متمرکز بمانند. این تمرین، تمرکز بر لحظه کنونی را تشویق می‌کند و به افراد امکان می‌دهد تا از تجربیات زندگی عمیق‌تر قدردانی کنند. ذهن آگاهی، آگاهی معنوی را تقویت کرده، ارتباط با جهان بزرگ‌تر را تسهیل می‌کند (Henriksen et al., 2020).

### نتیجه‌گیری

تفکر، نقشی حیاتی در خودمراقبتی معنوی ایفا می‌کند و خودآگاهی، مدیریت استرس، تقویت روابط، رشد و توسعه و تشویق به ذهن آگاهی را ترویج می‌کند. پذیرش تفکر، به عنوان ابزاری برای خودمراقبتی معنوی، این قدرت را به افراد می‌دهد که چالش‌های زندگی را با وضوح و هدف مدیریت کنند و در نهایت، به وجودی غنی‌تر و مرتبط‌تر دست یابند. تفکر در نهج البلاغه، به عنوان اصلی اساسی برای رشد فردی و اجتماعی شناخته می‌شود. با توجه به آموزه‌های امام علی علیه السلام اندیشیدن نه تنها یک عمل عبادی، بلکه یک ضرورت برای شناخت حقیقت، پیشگیری از لغزش‌ها و دستیابی به کمال انسانی است. این رویکرد می‌تواند به ارتقای سلامت معنوی فرد و جامعه کمک کند و زمینه‌ساز تحول مثبت در زندگی انسان‌ها باشد.

### منابع:

نزهت، ابراهیم (۱۳۸۹). «اندیشه ورزی و تفکر خلاق از منظر نهج البلاغه». نشریه ادب عربی (دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه تهران). ۱(۲). ص ۱۳۷-۱۵۴.

Bavolar, J. (2017). Thinking styles, perceived stress and - life satisfaction. *Studia Psychologica*, 59(4), 233-242

- Gubi, P. (2011). An exploration of the impact of small reflexive groups on personal and spiritual development. *Practical Theology*, 4(1), 49-66.

Henriksen, D., Richardson, C., & Shack, K. (2020). - Mindfulness and creativity: Implications for thinking and learning. *Thinking skills and creativity*, 37, 100689

- Korkman, H., & Tekel, E. (2020). Mediating role of empathy in the relationship between emotional intelligence and thinking styles. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 7(1), 192-200.

-Roessler, J. (2016). Thinking, inner speech, and self-awareness. *Review of Philosophy and Psychology*, 7, 541-557.

تفکر به عنوان ابزاری برای یافتن راه راست و دوری از گمراهی، سبب اصلاح اعمال و رفتار انسان می‌شود. از این رو، آینده‌نگری و دوراندیشی را به عنوان اصول بنیادین زندگی انسان مطرح کرده، فرد را در مسیر رسیدن به کمال هدایت می‌کند. پژوهشگران بسیاری از روایات حضرت علی علیه السلام بهره برده‌اند و به شش روش پرورش قوه تفکر که در تعالیم ایشان یافت شده اشاره کرده‌اند. از جمله مهم‌ترین این روش‌ها می‌توان به عبرت‌پذیری از حوادث و تجربه‌های گذشته، تأکید بر تفکر و تعمق در مسائل، توصیه به دقت در مشاهدات از طریق ارجاع به آیات و نشانه‌ها، تأکید بر مشورت، یادآوری معاد و تفکر در مرگ، استفاده از تمثیل و تشبیه برای درک بهتر مسائل، و ایجاد سؤالات در ذهن مخاطب اشاره کرد.

تفکر به عنوان مسیر رشد: تفکر صحیح، ریشه تمام نیکی‌ها و پیشرفت‌هاست. امام علی علیه السلام با این سخن که «مَنْ تَفَكَّرَ أَبْصَرَ» تأکید می‌کنند آن کس که بیندیشد، آگاهی می‌یابد.

### نقش تفکر در خودمراقبتی معنوی

۱. **خودآگاهی:** تفکر خودآگاهی را پرورش داده، این امکان را به افراد می‌دهد که به بررسی افکار، احساسات و باورهای معنوی خود پردازند. این خوداندیشی به شناسایی ارزش‌ها و حوزه‌های رشد شخصی کمک می‌کند (Roessler, 2016). خودآگاهی بهبود یافته این امکان را به افراد می‌دهد که انتخاب‌هایی آگاهانه، همخوان با اهداف معنوی‌شان داشته باشد.

۲. **مدیریت استرس:** تحلیل عمیق به مدیریت استرس و اضطراب کمک کند. به جای واکنش‌های فوری به موقعیت‌های چالش برانگیز، افراد می‌توانند با استفاده از تفکر تحلیلی به ارزیابی شرایط خود پردازند. این رویکرد، حس کنترل و قدرت را تقویت و به تاب‌آوری عاطفی کمک می‌کند (Bavolar, 2017).

۳. **تقویت روابط:** تفکر به درک و همدلی عمیق‌تر در روابط کمک می‌کند. با بررسی احساسات خود و شناخت احساسات دیگران، افراد می‌توانند ارتباط و ارتباط بهتری با دیگران برقرار کنند. روابط قوی‌تر به ایجاد محیطی حمایتی که به بهزیستی معنوی کمک می‌کند، می‌انجامد (Korkman & Tekel, 2020).

۴. **رشد و تحول معنوی:** تفکر تحلیلی برای رشد و تحول شخصی ضروری است. با تأمل در تجربیات گذشته، افراد می‌توانند درس‌هایی ارزشمند بیاموزند که انتخاب‌های آینده آن‌ها را اطلاع‌رسانی می‌کند. این فرایند مداوم تفکر و یادگیری، حس هدف و جهت‌گیری





و همکاران نام برد که به این مهم پرداخته‌اند. این مطالعه نشان می‌دهد که والدین، به‌ویژه در بلندمدت، احساس رضایت و معنا در زندگی خود را از طریق فرزندآوری تجربه می‌کنند (نلسون، ۲۰۱۴).

## ۲. تقویت همکاری و مشارکت بین زوجها

فرزندآوری می‌تواند همکاری و مشارکت بین زوجها را افزایش دهد. برای مراقبت از فرزند، والدین نیازمند همکاری و تقسیم مسئولیت‌ها میان خود هستند که این امر می‌تواند به تقویت رابطه آن‌ها کمک کند. کووان و همکاران در جای‌جای کتاب «چه زمانی پدر و مادر، پدر و مادر می‌شوند؟» به شرح این مسئله پرداخته‌اند. این کتاب به بررسی چگونگی تغییر روابط زناشویی پس از فرزندآوری می‌پردازد و نشان می‌دهد که همکاری در نقش‌های والدینی می‌تواند به تقویت رابطه کمک کند (کووان، ۲۰۰۰).

## ۳. ایجاد تجربیات مشترک و خاطرات مثبت

فرزندان می‌توانند خاطرات و تجربیاتی مشترک را برای زوجها ایجاد کنند. این تجربیات، مانند جشن تولدها، موفقیت‌های تحصیلی یا فعالیت‌های خانوادگی، می‌تواند به تقویت پیوند عاطفی بین زوجها کمک کنند. پرولکس و همکاران در مطالعه‌ای به اهمیت تجربیات مشترک والدین پرداخته‌اند. این مطالعه نشان می‌دهد که تجربیات مثبت مشترک در خانواده، مانند پرورش فرزند، می‌تواند به افزایش رضایت زناشویی کمک کند (پرولکس، ۲۰۱۳).

## ۴. افزایش احساس مسئولیت و بلوغ عاطفی

فرزندآوری به زوجها کمک می‌کند تا احساس مسئولیت بیشتری داشته، از نظر عاطفی بالغ‌تر شوند. این بلوغ عاطفی می‌تواند به بهبود رابطه زناشویی بینجامد؛ زیرا زوجها می‌آموزند بهتر با چالش‌ها کنار بیایند و از نیازهای یکدیگر حمایت کنند. نوماگوچی و همکاران در مطالعه‌ای به بررسی اثرات مثبت فرزندآوری بر رشد شخصی و عاطفی والدین می‌پردازند (نوماگوچی، ۲۰۰۳).

## ۵. تقویت پیوند عاطفی بین زوجها

برخی زوجها پس از فرزندآوری احساس می‌کنند که پیوند عاطفی آن‌ها قوی‌تر شده است. این احساس می‌تواند برآمده از تجربه مشترک پرورش فرزند و مشاهده رشد او باشد. شاپیرو و همکاران در مطالعه‌ای نشان داده‌اند که زوج‌هایی که به خوبی با چالش‌های فرزندآوری کنار می‌آیند، می‌توانند پیوند عاطفی قوی‌تری را ایجاد کنند (شاپیرو، ۲۰۰۵).

# پیرامون فرزندآوری

احمد مشکوری<sup>۱</sup>

## چکیده

گرچه فرزندآوری و ازدیاد نسل نیاز غریزی و فطری انسان است، اما در کشور ما با فراز و نشیب‌هایی همراه بوده است؛ گاه ترغیب به تحدید نسل و کنترل جمعیت، بلکه کاهش جمعیت، و گاه تشویق به ازدیاد نسل و فرزندآوری بیشتر! در این سلسله مقالات، این مسئله را از بُعد روان‌شناسی و نظرات دینی مربوط بررسی می‌کنیم.

واژگان کلیدی: فرزندآوری؛ ازدیاد نسل؛ اهمیت فرزند.

داشتن فرزند مشترک می‌تواند اثرات مثبت متعددی بر زندگی زناشویی داشته باشد؛ هرچند این امر، متأثر از عوامل بسیاری، همچون تأثیر شرایط فردی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی است. اثرات مثبت داشتن فرزند مشترک را می‌توان از بُعد روان‌شناسی، سلامت معنوی و آیات و احادیث بررسی کرد. در ادامه به برخی از اثرات مثبت داشتن فرزند مشترک بر زندگی زناشویی از بُعد روان‌شناسی اشاره می‌شود:

## ۱. تقویت احساس معنا و هدف در زندگی

فرزندآوری می‌تواند به زوجها احساس هدف و معنا دهد. بسیاری از والدین احساس می‌کنند فرزندانشان به زندگی آنان عمق و ارزشی بیشتر بخشیده‌اند. این احساس می‌تواند رابطه زناشویی را تقویت کند؛ زیرا زوجها در مسیری مشترک برای پرورش و رشد فرزندشان قرار می‌گیرند؛ به‌عنوان مثال می‌توان از مطالعه نلسون

داشتن فرزند مشترک می‌تواند اثرات مثبت زیادی بر زندگی زناشویی داشته باشد

## ۶. ایجاد شبکه حمایتی گسترده‌تر

فرزندآوری می‌تواند به گسترش شبکه حمایتی زوج‌ها کمک کند؛ به‌عنوان مثال، ارتباط با دیگر خانواده‌های فرزنددار، مهدکودک، مدرسه و جامعه می‌تواند به زوج‌ها احساس تعلق و حمایت بیشتری دهد. آمبرسون و همکاران در مطالعه‌ای به این امر پرداخته، اثرات فرزندآوری بر رفاه و حمایت اجتماعی را بررسی کرده‌اند (آمبرسون، ۲۰۱۰).

### نتیجه‌گیری

داشتن فرزند مشترک می‌تواند اثرات مثبت زیادی بر زندگی زناشویی داشته باشد؛ از جمله تقویت احساس معنا، افزایش همکاری، ایجاد تجربیات مشترک و تقویت پیوند عاطفی. با این حال، این اثرات به شرایط فردی، نحوه مدیریت چالش‌ها و حمایت متقابل زوج‌ها بستگی دارد.

در نهایت، تأثیر فرزندآوری بر زندگی زناشویی به شرایط فردی، انتظارات و توانایی‌های زوج‌ها بستگی دارد. برخی زوج‌ها ممکن است با وجود چالش‌ها، احساس رضایت بیشتری از زندگی زناشویی خود داشته باشند، در حالی که ممکن است دیگران استرس و فشار بیشتری را تجربه کنند.

انشاءالله در شماره‌های بعد به بررسی فرزندآوری و روش‌های کمک باروری در آیات و روایات و احکام آن خواهیم پرداخت.

فرزندآوری می‌تواند به زوج‌ها کمک کند تا احساس مسئولیت بیشتری داشته، از نظر عاطفی بالغ‌تر شوند

### منابع:

- Nelson, S. K., Kushlev, K., & Lyubomirsky, S. (2014). The Pains and Pleasures of Parenting: When, Why, and How Is Parenthood Associated with More or Less Well-Being? *Psychological Bulletin*, 140(3), 846-895.
- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (2000). *When Partners Become Parents: The Big Life Change for Couples*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Proulx, C. M., & Snyder-Rivas, L. A. (2013). The Longitudinal Associations Between Marital Happiness, Problems, and Self-Rated Health. *Journal of Family Psychology*, 27(2), 194-202.
- Nomaguchi, K. M., & Milkie, M. A. (2003). Costs and Rewards of Children: The Effects of Becoming a Parent on Adults' Lives. *Journal of Marriage and Family*, 65(2), 356-374.
- Shapiro, A. F., & Gottman, J. M. (2005). Effects on Marriage of a Psycho-Communicative-Educational Intervention with Couples Undergoing the Transition to Parenthood. *Journal of Family Communication*, 5(1), 1-24.
- Umberson, D., Pudrovska, T., & Reczek, C. (2010). Parenthood, Childlessness, and Well-Being: A Life Course Perspective. *Journal of Marriage and Family*, 72(3), 612-629.



▪ یک متخصص داخلی در کنار طب نوین به طب مکمل هم علاقه‌مند است و در مطب شخصی خود برای برخی بیماران مبتلا به ریفلاکس معده به مری، در کنار استفاده از داروهای کنترل‌کننده اسید معده، یک کپسول گیاهی نیز تجویز می‌کند. اغلب بیماران از مصرف آن راضی هستند و بارها گفته‌اند که در مقایسه با زمانی که فقط داروهای معمول کنترل‌کننده اسید معده را مصرف می‌کردند، احساس بهبودی بیشتری دارند و عارضه خاصی را نیز بیان نکرده‌اند؛ ولی اخیراً یکی از بیماران این پرسش را طرح کرده که چگونه مشخص می‌گردد که این کپسول در درمان مشکل ریفلاکس معده به مری مؤثر باشد؟ شاید همان داروهای کاهنده اسید معده کافی باشد.

بحث مورد

▪ طب مکمل و جایگزین (Complementa- ry and Alternative Medicine) طیفی متنوع از روش‌ها و محصولات پزشکی و بهداشتی را که خارج از قلمرو طب رایج پزشکی است، در برمی‌گیرد. البته تعریف‌ها و طبقه‌بندی‌های طب مکمل و جایگزین می‌تواند متفاوت باشد، اما آن‌ها به‌طور کلی شامل اقداماتی هستند که در کنار یا به جای درمان‌های پزشکی استاندارد استفاده می‌شوند (Mortada EM. 2024).

▪ روش‌های طب مکمل و جایگزین را می‌توان در پنج حیطه اصلی دسته‌بندی کرد (Olver IN. 2012):

۱. سیستم‌های پزشکی جایگزین (Alternative)

مداخلات طب مکمل و جایگزین ممکن است درجاتی متفاوت از ایمنی و اثربخشی را داشته باشند

## اخلاق پزشکی

## در طب مکمل و جایگزین

حمید آسایش\*  
احمد مشکوری  
محسن رضایی آدریانی<sup>۱</sup>

طب مکمل و جایگزین، طیفی متنوع از درمان‌های پزشکی و بهداشتی را در برمی‌گیرد که خارج از قلمرو طب رایج پزشکی بوده، ممکن است درجاتی متفاوت از ایمنی و اثربخشی را داشته باشند. به‌کارگیری طب مکمل و جایگزین، همانند مراقبت‌های پزشکی رایج، مشمول اصول اخلاقی است و در پزشکی تلفیقی (Integrative medicine) سعی می‌شود از مداخلات طب مکمل و جایگزین پس از ارزیابی ایمنی و اثربخشی بر اساس شواهد معتبر و در نظر گرفتن ترجیحات بیمار، به نحو متناسب استفاده شود. ارزیابی نسبت فایده - خطر درمان طب مکمل و جایگزین بر اساس شواهد و آشکارسازی متناسب آن به بیمار، برای تحقق توجه به اصول اخلاق پزشکی ضروری است.

واژگان کلیدی: طب مکمل و جایگزین؛ سود درسانی؛ ضرر نرسانی؛ پزشکی تلفیقی.

۱. گروه فلسفه و اخلاق سلامت، دانشکده سلامت و دین، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران. hasayesh@gmail.com



به‌کارگیری طب مکمل و جایگزین همانند مراقبت‌های پزشکی رایج، مشمول اصول اخلاقی می‌شود

Medical Systems): شامل سیستم‌های کامل تئوری و عملی، مانند طب سنتی چینی و آیورودا (Ayurveda).

۲. مداخلات ذهن و بدن (Mind-Body Interventions): تکنیک‌هایی که ظرفیت ذهن را برای تأثیرگذاری بر عملکرد و علائم بدن افزایش می‌دهد؛ مانند مدیتیشن و یوگا.

۳. درمان‌های با پایه بیولوژیک (Biological-Based Treatments): این درمان‌ها شامل استفاده از مواد طبیعی، از جمله داروهای گیاهی و مکمل‌های غذایی است.

۴. روش‌های دست‌کاری و مبتنی بر بدن (Manipulative and Body-Based Methods): تکنیک‌هایی مانند مراقبت کایروپراکتیک و ماساژدرمانی که شامل دست‌کاری بدن است.

۵. انرژی‌درمانی (Energy Therapies): تمرین‌هایی که شامل استفاده از میدان‌های انرژی، مانند Reiki یا Qigong می‌شود.

■ افزایش هزینه درمان‌های رایج، اثربخش نبودن در برخی موارد، عوارض و باور مردم به ایمنی، سبب رشد گرایش مردم به طب مکمل و جایگزین شده است و باید به خاطر داشت که طب سنتی هر کشور، میراثی ارزشمند برای آن جامعه برشمرده می‌شود (Taghipour A., 2016).

■ پزشکی تلفیقی رویکردی به مراقبت‌های پزشکی است که پزشکی رایج را با روش‌های طب مکمل و جایگزین ترکیب می‌کند که بر اساس شواهد ایمن و مؤثر هستند. این رویکرد اغلب بر ترجیحات بیمار تأکید و سعی می‌کند جنبه‌های روانی، جسمی و معنوی سلامت را مورد توجه قرار دهد (Maizes V., 2009).

■ همانند مراقبت‌های طب رایج، به‌کارگیری طب مکمل و جایگزین، مشمول اصول اخلاقی اصلی، مانند احترام به اختیار بیمار (اتونومی)، سودرسانی و ضرر نرساندن می‌شود.

■ برای به‌کارگیری طب مکمل و جایگزین باید مواردی، از قبیل شدت بیماری، قابلیت درمان با درمان‌های طب رایج، تهاجمی بودن، سمیت و اثرات جانبی درمان مرسوم، کیفیت شواهد نشان‌دهنده ایمنی و اثربخشی طب مکمل و جایگزین، میزان آگاهی از فواید و خطرات درمان‌های طب رایج و طب مکمل و جایگزین، آگاهی و پذیرش آن خطرات از سوی بیمار و تداوم اراده بیمار بر استفاده از درمان‌های طب مکمل و جایگزین را مورد توجه قرار داد (لاریجانی و همکاران، ۱۳۹۵).

■ بالینگران برای تلفیق طب مکمل و جایگزین با طب رایج، بایستی شواهد علمی هر درمان طب مکمل یا جایگزین را مورد بررسی قرار دهند و بر همین اساس می‌توان این درمان‌ها را در یکی از گروه‌های ذیل قرار داد (لاریجانی و همکاران، ۱۳۹۵):

۱. شواهد کافی، ایمنی و اثربخشی درمان را تأیید می‌کند. بالینگران می‌توانند درمان‌های این گروه را تجویز نمایند.

۲. شواهد کافی از ایمنی درمان حمایت می‌کند،





منابع:

- Mortada EM. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine in Current Medical Practice. *Cureus*. 2024 Jan 10;16(1):e52041.

- Olver IN. Complementary and Alternative Medicines—The Introductory Perspective. In *Perspectives on Complementary and Alternative Medicines 2012* (pp. 1-12).

- Taghipour A, Bahrami Taghanaki H, Hosienzade H, Noras M. Ethical and legal challenges in complementary and alternative medicine. *IJMEHM* 2016; 9 (3):23-31

- Maizes V, Rakel D, Niemiec C. Integrative medicine and patient-centered care. *Explore*. 2009 Sep 1;5(5):277-89.

- لاریجانی و همکاران (۱۳۹۵). پزشک و ملاحظات اخلاقی. جلد دوم. نشر برای فردا. ص ۵۳۶-۵۵۲.

ولی شواهد قطعی در خصوص اثربخشی آن وجود ندارد.

۳. شواهد از اثربخشی درمان حمایت می‌کنند، ولی شواهد موجود درباره ایمنی آن کافی نیست.

وظیفه بالینگران، درباره درمان‌های این گروه دوم و سوم، آشکارسازی فایده - خطر برای بیمار است و باید درباره موارد منع مصرف و عوارض جانبی احتمالی آن هشدارهای لازم به بیمار داده شود و پس از اخذ رضایت آگاهانه و شروع استفاده درمان از سوی بیمار، پایش‌های ضروری بر اساس پزشکی رایج انجام شود تا در صورت تشدید وضعیت بیمار، مداخلات مناسب صورت گیرد. بالینگر باید به‌صورت مداوم درباره شواهد درمان مورد استفاده به‌روز باشد تا بر اساس تغییرات جدید، برنامه درمانی را تغییر دهد.

۴. شواهد کافی درباره ایمنی و اثربخشی درمان وجود ندارد. در این گروه درمان‌هایی وجود دارند که باید کنار گذاشته شوند و در خصوص منع مصرف آن‌ها به بیمار هشدار داده شود.

■ همان‌طور که مشخص است بالینگران فقط در صورتی می‌توانند نمای درستی از فایده - خطر را به بیمار ارائه دهند که به‌صورت مستمر درباره شواهد علمی موجود یک درمان خاص مطالعه کنند و بدون تحقق این شرط، رضایت آگاهانه بیمار نیز زیر سؤال خواهد رفت.

در خصوص گزارش مورد فوق نیز پرسش بیمار در خصوص اثربخشی درمان ارائه‌شده، نشان‌دهنده عدم ارائه کافی درباره فایده - خطر به بیمار است؛ هرچند ممکن است شواهد به نفع استفاده از این درمان نیز باشد. بنابراین، بر اساس آنچه در بخش‌های پیشین بیان شد، عدم توجه به شواهد مرتبط با اثربخشی و ایمنی درمان قبل توصیه و استفاده از آن، با اصول اخلاق پزشکی منطبق نیست.

ارزیابی نسبت فایده - خطر درمان طب مکمل و جایگزین بر اساس شواهد و آشکارسازی متناسب آن به بیمار، برای تحقق توجه به اصول اخلاق پزشکی ضروری است



## پاپيروس ادوین اسمیت؛ اولین سند مکتوب شناخته شده جهان در زمینه جراحی

جمیله خوش صورت<sup>۱</sup>  
مریم محسنی سیف‌آبادی<sup>۲</sup>

### چکیده

پاپيروس «ادوین اسمیت» از مهم‌ترین متون پزشکی مصر باستان، به‌عنوان قدیمی‌ترین سند مکتوب جراحی در جهان شناخته شده است. این مقاله مروری با روش کتابخانه‌ای-اسنادی و با هدف بررسی اهمیت علمی، تاریخی و ساختار و محتوای این پاپيروس تدوین شده است.

پاپيروس ادوین اسمیت در قرن نوزدهم میلادی کشف شد و شامل مجموعه‌ای از ۴۸ مورد جراحی است که نشان‌دهنده پیشرفت دانش آناتومی و کالبدشناسی و به تبع آن جراحی در مصر باستان است. این متن بر مشاهده بالینی، تشخیص دقیق و ارائه درمان‌های عملی تأکید دارد و با متون پزشکی‌ای، مانند پاپيروس ابرس مقایسه شده است. از سوی دیگر، محدودیت‌هایی مانند آسیب‌های فیزیکی به پاپيروس، بخش‌های ازدست‌رفته و چالش‌های ترجمه و تفسیر اصطلاحات تخصصی، پژوهش‌های مرتبط با این سند را دشوار کرده است.

**واژگان کلیدی:** پاپيروس ادوین اسمیت؛ پزشکی مصر باستان؛ تاریخ پزشکی؛ جراحی.

### مقدمه

تمدن مصر باستان، از قدیمی‌ترین تمدن‌های بشری بوده که نقشی اساسی در توسعه بسیاری از شاخه‌های علوم، از جمله پزشکی داشته است. پاپيروس‌های پزشکی این دوران، به‌عنوان مکتوباتی ارزشمند، گواهی بر پیشرفت‌های علمی این تمدن باستانی هستند و اطلاعاتی جامع درباره شیوه‌های تشخیص، درمان و مدیریت بیماری‌ها را ارائه می‌دهند. این اسناد نه تنها برای درک تاریخ پزشکی باستان، بلکه برای مقایسه روش‌های درمانی قدیمی با علم پزشکی مدرن اهمیت بسزایی دارند.

این پاپيروس ارزشمند اولین سند مکتوب شناخته‌شده در جهان است که به موضوع جراحی پرداخته، به‌صورت نظام‌مند تشخیص، درمان و پیش‌آگهی انواع آسیب‌ها و زخم‌ها را مورد بررسی قرار داده است. برخلاف سایر پاپيروس‌های پزشکی مصر

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد تاریخ علوم پزشکی، دانشکده سلامت و دین، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران  
۲. دانشجوی دکترا تاریخ علوم پزشکی، دانشکده طب ایرانی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران. mohsenim@razi.tums.ac.ir



پایروس اسمیت به‌طور خاص به جراحی و درمان آسیب‌های فیزیکی که شکستگی کاسه سر تا جراحی‌های نخاع را شامل می‌شود، اختصاص دارد (Forshaw. 2016). این سند ارزشمند در قالب مجموعه‌ای منظم از موارد پزشکی تنظیم شده و نشان‌دهنده دانش پیشرفته‌ای از آناتومی و آسیب‌شناسی در دوران مصر باستان است (Meltzer. 2014).

این پایروس شامل ۴۸ مورد جراحی است که به‌صورت نظام‌مند دسته‌بندی شده و هر مورد شامل سه بخش اصلی است:

- شرح آسیب یا بیماری: توصیف دقیق از مشکل بیمار، مانند محل و نوع آسیب؛
- روش تشخیص: بررسی علائم بالینی و معاینه فیزیکی برای شناسایی مشکل؛
- درمان و پیش‌آگهی: ارائه دستورالعمل‌های درمانی و تعیین پیش‌آگهی.

این موارد عمدتاً به آسیب‌های فیزیکی، مانند شکستگی‌ها، زخم‌ها و دررفتگی‌ها می‌پردازد و اطلاعاتی را درباره نحوه مدیریت آن‌ها ارائه می‌دهد.

پایروس ادوین اسمیت یک راهنمای عملی برای جراحان مصر باستان بوده است. ترتیب مطالب آن بر اساس بخش‌های مختلف بدن، از سر به پایین تنظیم شده است تا جراحان بتوانند با تمرکز بر ناحیه آسیب‌دیده، به‌سرعت به اطلاعات مورد نیاز دسترسی پیدا کنند (Nunn. 1996. Meltzer. 2014).

در این پایروس برای هر آسیب، اقداماتی پیشنهادی شامل موارد ذیل ارائه شده است:

- نحوه استفاده از باندها و پانسمان‌ها؛
- کاربرد روش‌های تثبیت (مانند آتل‌بندی)؛
- دستورالعمل‌های مربوط به گیاهان دارویی و ترکیبات طبیعی.

پایروس اسمیت همچنین به درمان آسیب‌های جسمی و موارد اورژانسی نیز می‌پردازد. نمونه‌هایی از بیماری‌ها و آسیب‌های ذکرشده عبارت‌اند از:

- شکستگی‌های جمجمه و استخوان‌ها:

باستان، این پایروس فقط درمان‌های طبیعی را مطرح کرده و به جادو درمانی و دیگر درمان‌های ماوراء الطبیعی نپرداخته است؛ درمان‌هایی که از پیشرفت‌های مصریان در زمینه آناتومی و آسیب‌شناسی حکایت دارد (Breasted. 1930).

این مقاله با روش کتابخانه‌ای - اسنادی و به شیوه تحلیل محتوا به دنبال بررسی اهمیت تاریخی، علمی و همچنین تحلیل ساختار و محتوای این پایروس ارزشمند است.

### پیشینه تاریخی

قدمت پایروس ادوین اسمیت به حدود ۱۶۰۰ سال پیش از میلاد (دوره دوم میانه مصر) بازمی‌گردد. اگرچه محل دقیق کشف این پایروس مشخص نیست، اما گمان می‌رود از شهر باستانی تیس (لوکسور امروزی) به دست آمده باشد. بر اساس نکات مندرج در حواشی این پایروس، این سند احتمالاً از روی یک سند قدیمی‌تر مربوط به حدود ۲۵۰۰-۳۰۰۰ سال پیش از میلاد مسیح نوشته شده است.

پایروس ادوین اسمیت را یک عتیقه‌شناس آمریکایی با همین نام در سال ۱۸۶۲ میلادی از دلالی مصری خریداری کرد. دختر ادوین اسمیت آن را در اوایل قرن بیستم به جامعه تاریخ نیویورک تحویل داد. این سند برای نگهداری، نخست به موزه نیویورک و سپس به آکادمی علوم نیویورک منتقل شد و به‌وسیله محققانی، مانند جیمز هنری ترجمه و مورد مطالعه قرار گرفت. بررسی‌های زبان‌شناختی نشان داد که متن پایروس به خط هیروگلیف و گویش مصری باستان نوشته شده و شامل مباحثی در حوزه پزشکی، به‌ویژه جراحی است.

این پایروس تفاوت قابل‌توجهی با دیگر متون پزشکی مصر، ازجمله پایروس ابرس دارد. پایروس ابرس بیشتر بر درمان‌های دارویی و طلسم‌ها متمرکز است و پایروس ادوین اسمیت به تشخیص بالینی، جراحی و درمان‌های علمی پرداخته است. این تفاوت‌ها باعث شد که پایروس ادوین اسمیت، به‌عنوان یکی از دقیق‌ترین و علمی‌ترین متون پزشکی مصر باستان شناخته شود (Ebers. 1875).

### ساختار و محتوا



### نتیجه‌گیری

پاپیروس ادوین اسمیت، به‌عنوان نخستین سند شناخته‌شده جراحی جهان، نشان‌دهنده پیشرفت علمی و عملی پزشکان مصری در علم آناتومی و کالبدشکافی است. شاید دلیل این پیشرفت را بتوان در نوع جهان‌بینی مصریان دانست. اعتقاد نداشتن به جهان پس از مرگ و نگاه مادی به زندگی سبب شده بود که مصریان برای جاودانگی، به مومیایی کردن اجساد بپردازند و کالبدشکافی در مصر باستان، مانند دیگر تمدن‌های باستانی، به‌عنوان یک تابو ممنوع نباشد. مصریان باستان برای مومیایی اجساد را می‌شکافتند و امعاء و احشاء را خارج می‌کردند تا تک‌تک آن‌ها را مومیایی کنند؛ از این‌رو با شکل و کارکرد اعضای داخلی بدن آشنا بودند. در نتیجه، عجیب نیست که اولین سند جراحی جهان که برگرفته از علم کالبدشکافی و آناتومی مصریان بود از تمدن مصر باستان باشد.

منابع:

- Breasted, J. H. (1930). *The Edwin Smith Surgical Papyrus*. University of Chicago Press.
- Ebers, G. (1875). *Papyrus Ebers: The Greatest Egyptian Medical Document*. Leipzig: Wilhelm Engelmann.
- Nunn, J. F. (1996). *Ancient Egyptian Medicine*. University of Oklahoma Press.
- Meltzer, E. S., & Sanchez, G. M. (2014). *The Edwin Smith Papyrus: Updated Translation of the Trauma Treatise and Modern Medical Commentaries*.
- van Middendorp, J. J., Sanchez, G. M., & BurrIDGE, A. L. (2010). *The Edwin Smith papyrus: a clinical reappraisal of the oldest known document on spinal injuries*. *European Spine Journal*, 19, 1815-1823.
- Forshaw, R. (2016). *Trauma care, surgery and remedies in ancient Egypt: A reassessment*. In *Mummies, magic and medicine in ancient Egypt* (pp. 124-141). Manchester University Press.

شامل توصیه‌هایی برای تثبیت و ترمیم؛

- زخم‌ها و بریدگی‌ها: شامل استفاده از عسل و باندهای استریل برای پیشگیری از عفونت؛
- دررفتگی مفاصل: شامل روش‌های جاناندازی و تثبیت؛
- ضایعات نخاعی: بررسی آسیب‌های مرتبط با ستون فقرات و محدودیت‌های درمان آن‌ها؛
- ضربه‌های وارده به سر: تحلیل علائم بالینی و پیش‌آگهی مربوط به آسیب‌های مغزی (van Middendorp, 2010).

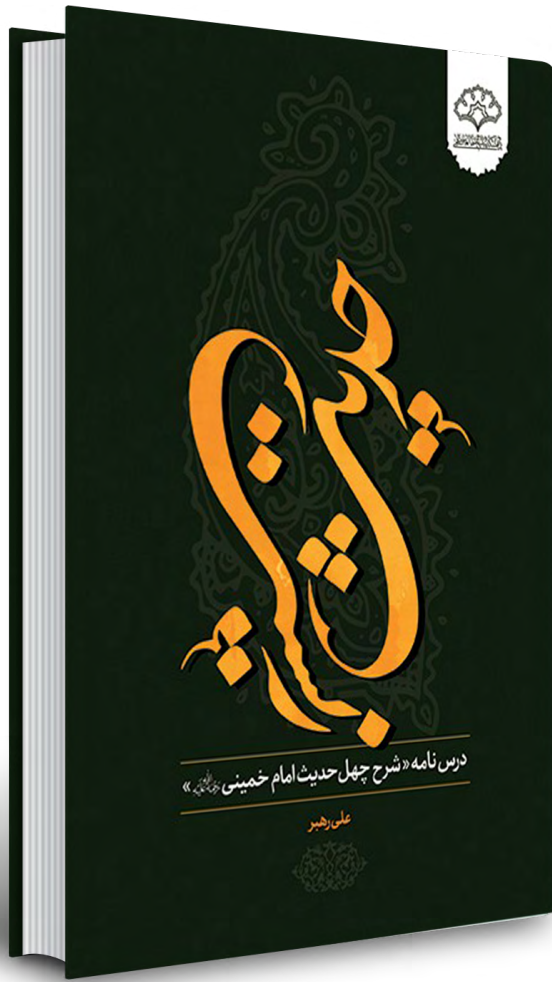
### محدودیت‌ها

مطالعه و تفسیر این سند ارزشمند به دلیل عوامل فیزیکی، زبانی و تاریخی با محدودیت‌ها و چالش‌های فراوانی همراه است. این مشکلات، درک کامل از محتوای این سند را دشوار کرده است؛ از این‌رو تحقیقات پژوهشگران بر این اثر تاکنون ادامه دارد. برخی از این محدودیت‌ها عبارت‌اند از:

- تخصصی بودن اصطلاحات پزشکی: بسیاری از واژگان استفاده‌شده در این پاپیروس اصطلاحات فنی و تخصصی پزشکی هستند که معادلی دقیق در زبان‌های مدرن ندارند.
- ابهام در معنا: برخی از عبارات به‌صورت استعاری یا مبهم نوشته شده‌اند که تفسیر معنای دقیق آن‌ها را دشوار می‌کند.

تفاوت فرهنگی: مفاهیمی که در فرهنگ مصری رایج بوده‌اند و ممکن است برای مترجمان مدرن نامأنوس باشند و نیازمند بازبینی در زمینه تاریخی و فرهنگی آن زمان باشند.

## حدیث زیست: درس نامه «شرح چهل حدیث» امام خمینی رحمته الله علیه



کتاب «حدیث زیست: درس نامه «شرح چهل حدیث» امام خمینی رحمته الله علیه» تألیف علی رهبر، در سال ۱۴۰۱ از سوی پژوهشکده باقرالعلوم علیه السلام در ۲۲۵ صفحه به چاپ رسید.

امام خمینی رحمته الله علیه فقیه و مرجع تقلیدی بی بدیل در عصر خویش، فیلسوف و عارفی ربانی، مفسری نواندیش و نویسنده‌ای انقلابی بود و به جرئت می‌توان گفت که کتب اخلاقی ایشان دارای جایگاهی ویژه و منحصر به فرد بین علمای اخلاق و سالکان مسیر بندگی است.

از کتب مهم اخلاقی ایشان، کتاب شریف چهل حدیث است که دارای ۳۳ حدیث گران بها از معصومان علیهم السلام در حیطه مسائل اخلاقی و هفت حدیث در زمینه مباحث اعتقادی - معرفتی است که با قلمی قاطع و بیانی شیوا، به تفصیل و توضیح این احادیث پرداخته‌اند.

نویسنده کتاب حاضر بخش‌های مهم کتاب چهل حدیث را طی بیش از ۱۲۰ جلسه صوتی - تصویری تفسیر کرده و پس از آن با هدف روان‌سازی و روشن ساختن مقاصد امام رحمته الله علیه مطالبی را برای علاقه‌مندان در قالب درس‌نامه به رشته تحریر درآورده است.

این کتاب ده فصل دارد که فصل نخست آن با عنوان «یک نگاه کلی» به بیان ضرورت تدریس شرح چهل حدیث امام رحمته الله علیه می‌پردازد.

جهاد نفس، ریا، عجب، کبر، حسد، حب دنیا، خشم، عصبیت، نفاق و دورویی، هوای نفس و طول آمال یا خواهش‌های کور و آرزوهای دور، تفکر، توکل، خوف و رجا یا ترس و امید، آزمون، صبوری، توبه، یاد خدا، غیبت، اخلاص، شکر، گریز از مرگ، وسوسه و شک، عبادت و حضور قلب، لقاء الله و اقسام قلوب، عنوان مجموعه احادیثی است که فصل‌های دوم تا دهم این اثر را به خود اختصاص داده است.

در پایان، گفتنی است که هدف اصلی از نگارش این درس‌نامه، آشنایی خوانندگان با یکی از مهم‌ترین کتب اخلاقی امام بزرگوار بوده، امید است پس از مطالعه این اثر، مستقیماً بر سر سفره پربرکت آثار این مرد الهی بنشینیم و بهره‌مند شویم.

زهره سادات علایی طباطبایی

دانشکده سلامت و دین





## پیام سلامت و دین (۶۲)

ما چه سهمی در جهاد فرزندآوری داریم؟

برای پیشرفت کشورمان فرزندآوری کنیم  
و از فرزندآوری دیگران حمایت کنیم.

در ثواب پرورش فرزندان شایسته  
شریک باشیم.



پیشگام

ماهنامه علمی - اطلاع رسانی  
سال هفتم، شماره ۷۷

