###### 28

###### آزاد.jpeg

###### **دانشگاه آزاد اسلامي**

###### **واحد تهران مرکز**

**موضوع:**

**بهداشت جسم انسان در قرآن، تأثير سلامت جسم و پرهيز از محرمات الهي در عبادات فردي و اجتماعي**

استاد راهنما:

دانشجو:

**فهرست مطالب**

**فصل اول: طرح تحقيق 5**

1- مقدمه 6

2- تعريف موضوع و لزوم پرداختن به آن 7

3- مروري بر مطالعات انجام شده 7

4- اهداف تحقيق 7

5- طرح سئوال و فرضيه 7

6- روش تحقيق 8

7- محدوديتها و پيشنهادات 9

8- كليد واژه‌ها 9

**فصل دوم: يافته‌هاي تحقيق 11**

**بخش اول: بهداشت فردي 12**

1- وضو 13

مقدمه 13

2- غسل 21

الف – غسل جنابت 22

ب – غسل حيض 28

ج- پاداش غسل در روايات 29

3-طهارت لباس 30

اصول پوشش در اسلام 31

الف – جنس لباس 31

ب- رنگ لباس 34

ج – نظافت لباس 36

**بخش دوم: بهداشت غذايي 38**

1- دعوت به غذاهاي طيب 40

2- ممنوعيت غذاهاي غيربهداشتي 43

الف – مردار 44

ب – خون 47

ج – گوشت خوك 49

تغذيه و اخلاق 52

د – ممنوعيت نوشيدن خمر 54

معني لغوي و اصطلاحي 54

مراحل برخورد قرآن با شرابخواري 56

مرحله اول: رزق نيكو ولي استفاده نادرست از آن 56

مرحله دوم: اشاره به گناه شرابخوار 57

مرحله سوم: نهي از نماز در حالت مستي 58

مرحله چهارم: حرمت شراب 60

آثار و نوشيدن شراب 63

الف – آثار زيانبار روحي و معنوي 64

ب- آثار زيانبار جسمي و مادي 68

1- دستگاه گوارش 69

2- دستگاه تنفس 69

3- خون 70

4- قلب و رگها 70

5- عقل و روان 70

6- نسل 71

**بخش سوم: بهداشت جنسي 74**

1- ممنوعيت آميزش با زنان در حالت عادت ماهيانه 75

ممنوعيت آميزش با زنان در حالت عادت ماهيانه از نظر پزشكي و علمي 77

احكام حائض 80

2- زنا 80

تعريف اصطلاحي 81

مراحل نكوهش زنا در قرآن 81

مرحله اول: صفات زنا 82

مرحله دوم: وعده‌ي عذاب اخروي 83

مرحله سوم: زنا نكردن جزئي از يك پيمان عمومي 83

مرحله چهارم: مجازات زناكار 84

برخي از مفاسد زنا 86

انتشار بيماري‌هاي آميزشي در جامعه 87

الف – ايدز 89

ب – سفليس 90

پ- آتشك يا شانكرنرم 90

ت- گرانوم آميزشي 91

ث- التهاب مهبل 91

ج – سوزاك 91

روش حكيمانه اسلام در جلوگيري از بيماري‌هاي آميزشي 93

3- لواط 96

موارد بيان لواط در قرآن 97

اول: احكام لواط 104

اسرار معنوي و علمي تحريم هم جنس‌گرايي 105

4- استمناء (خود ارضايي = جلق زدن) 106

**بخش چهارم: بهداشت محيط زيست 110**

**بخش پنجم: بهداشت رواني 111**

تعريف بهداشت رواني 115

فرق شفاء و رحمت 117

قرآن چگونه شفابخش است؟ 117

**فصل سوم: 121**

نتيجه‌گيري 122

منابع و مأخذ 123

**فصل اول :**

**طرح تحقيق**

**1- مقدمه**

قرآن کریم ،آخرین سروش آسمانی است که پیامبر اکرم (ص)آن را برای بشریت به ارمغان آورده است . این کتاب الهی ،از جهات مختلفی مانند فصاحت و بلاغت ،معارف عالی و قوانین استوار ،خبرهای غیبی و اعجاز علمی و. . . معجزه محسوب می شود . و در باب اعجاز علمی مباحثی چون فیزیک ،شیمی ،علوم پزشکی و . . . در آیات قرآن به چشم می خورد و آنچه در این تحقیق مطرح گردیده است مباحث مربوط به بهداشت جسم انسان است که امروزه از مهمترین شاخه های علوم پزشکی محسوب می شود . آن چه در این راستا قابل توجه است این است که اصولاً بهداشت جسمی و روحی در تعالیم انبیاء جایگاه و شیوه ای داشته است تا آن جا که پیشوایان دینی عقل سالم را در بدن سالم بیان نموده اند .

امروزه بهداشت جایگاه رفیعی در بین علوم پزشکی دارد چرا که توجه به امور مربوط به بهداشت موجب سلامت اقشار مختلف جامعه خواهد شد همه شاخه های متنوعی که در بهداشت امروز مورد مطالعه قرار گرفته است همگی در جهت توسعه سلامت و امنیت افراد قرار گرفته است .

اگر به بهداشت و اصول آن توجه کافی بشود بطور یقین اقتصاد جامعه رونق بخصوصی خواهد گرفت واز ناحیه این عنایت و برنامه ریزی می توان به سمت قله های تمدن و توسعه انسانی قدم برداشت که سلامت و بهداشت جسم و روح زمینه ای برای عبادت و بندگی خداست که خود تکامل انسان محسوب می شود و بشر با آرامش خاطر بهتری می تواند در مسیر رضایت الهی گام بردارد .

در این پژوهش سعی شده است با کمک آیات و روایات بخشی از بهداشت جسم انسان در تعالیم الهی مورد بررسی قرار گیرد ،امید است که مورد رضایت حضرت حق واقع شود.

**2- تعريف موضوع و لزوم پرداختن به آن**

هميشه و در همه موارد پيشگيري بهتر از درمان است. بهداشت نيز يكي از موارد پيشگيري در بيماري‌ها است. لذا لازم دانسته شد كه به بهداشت جسم انسان پرداخته شود تا حداقل با آگاهي از اثر برخي موارد آن، به تندرستي و سلامت جسم كمك شود و با جسم و روح سالم است كه انسان مي‌تواند به عبادت خداوند بپردازد و از طرفي جلوه‌اي، از جلوه‌هاي همسويي علم و دين نشان داده شود.

**3- مروري بر مطالعات انجام شده**

تا‌ آنجا كه بنده جستجو كردم در جايي كتاب يا مقاله و يا پايان‌نامه‌اي با اين عنوان نديدم ولي پايان نامه و مقاله در مورد بعضي از بخش‌هاي تحقيق مثل شراب و نماز كار شده بود.

**4- اهداف تحقيق**

**هدف كلي:**

بهداشت جسم انسان در قرآن

**هدف جزئي:**

تأثير بهداشت غذايي بر جسم انسان

تأثير بهداشت فردي بر جسم انسان

تأثير بهداشت جنسي بر جسم انسان

تأثير بهداشت محيط زيست بر جسم انسان

تأثير بهداشت روان بر جسم انسان

**5- طرح سوال و فرضيه**

**فرضيه:**

1- اوامر و نواهي با بهداشت جسمي و روحي انسان مطابقت دارد.

2- بهداشت جسم با بهداشت روح متلازم است

**سؤال:**

1- آيا سلامت جسم تأثيري در عبادات فردي و اجتماعي دارد؟

2- آيا پرهيز از محرمات الهي تأثيري در سلامت جسم انسان دارد؟

**6- روش تحقيق**

روش تحقيق به صورت كتابخانه‌اي بوده كه در ابتدا محقق آيات مربوط به موضوع را از كتب مربوطه استخراج نموده و سپس استفاده از تفاسير و ديگر كتب ذكر شده در منابع و مأخذ مي‌باشد و در بعضي قسمتها محقق نيز نظراتي را بيان نموده است.

**7- محدوديتها و پيشنهادات**

**محدوديت:** مسلماً در هر تحقيقي براي محقق محدوديتهايي وجود دارد و محدوديتي كه در این تحقیق وجود داشت كمبود منابعي كه هم شامل مسائل علمي و هم قرآني با هم باشد.

**پيشنهاد:**

با توجه به مطالب علمي كشف شده در قرآن كه اعجاز علمي قرآن محسوب مي‌شود پايان نامه‌هايي با هر كدام از عناوين علمي موجود در قرآن كار شود كه در اينصورت هم يك كار قرآني و هم يك كار علمي صورت مي‌پذيرد.

در دسترس قرار دادن نرم‌افزارهاي تفسيري و روايي براي دانشجو و همچنين وجود كامپيوتر در خوابگاه تا دانشجويان بتوانند راحت‌تر و با اطمینان بیشتری كارهاي تحقيق خود را به انجام برسانند.