



حفظ تن و حرمت اضرار به نفس از منظر فرهنگ و سلامت (با تأکید بر کتاب مفاتیح الحیاء آیت الله جوادی آملی)

مریم سعیدی^۱
علیرضا اسلامی^۲
عباس غلامی^۳
محمود رئیسی^۴
نرگس پیریایی^۵

چکیده

در دین اسلام به عنوان کامل ترین دین برای سلامتی جسم و روح اهمیت شایانی قائل شده است و ضرر رساندن به جسم به هر شکلی که باشد، حرام اعلام شده است. در این میان در دانش پزشکی به مواردی اشاره شده که در تطابق شگرفی با آموزه های اسلامی است. یکی از کتاب های معاصر شیعه که فصلی از کتاب خویش را به موضوع حفظ تن و حرمت اضرار به نفس اختصاص داده، کتاب مفاتیح الحیاء آیت الله جوادی آملی است. این پژوهش درصدد است با روش توصیفی- تحلیلی به موضوع حفظ تن و حرمت اضرار به نفس در فرهنگ و سلامت و مستند به آموزه های کتاب مفاتیح الحیاء جوادی آملی بپردازد. بررسی ها نشان می دهد فصل چهارم کتاب مفاتیح الحیاء به موضوع حفظ تن و حرمت اضرار به نفس اختصاص یافته و در آن آموزه های مهم بهداشتی بیان شده است که برای تعالی جسم بسیار راهگشاست. همچنین از اموری نهی گردیده که عدم رعایت آن ها به بدن آسیب جدی می رساند.

واژگان کلیدی: حفظ تن، حرمت اضرار به نفس، فرهنگ، سلامت، مفاتیح الحیاء.

-
۱. مدرس گروه روانشناسی موسسه آموزش عالی قدیر، شهرستان لنگرود، دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی سلامت، maryam.saeedi.psy@gmail.com
 ۲. مدرس گروه روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد آیت الله آملی، Alireza.Islami@yahoo.com
 ۳. دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی سلامت، مدرس گروه اجتماعی دانشگاه افسری امام علی (ع)، gholamipsychologist96@gmail.com
 ۴. دانشجوی دکتری تخصصی روان شناسی سلامت، Mahmood.raeisi1@gmail.com
 ۵. دانشجوی دکتری تخصصی سلامت، nargesp0650@gmail.com

۱. مقدمه

انسان که آفریده خدا و خلیفه و امانتدار اوست، برای زندگی و حیاتی آفریده شده است که براساس آیه کریمه (سوره انفال، آیه ۲۴) در پیوندهای گوناگون خود، خدامحور است و در این زندگی و بندگی، به بدن سالم نیاز دارد و بهره مندی همه جانبه او از سلامتی، اساس فعالیت های وی در زندگی مادی و معنوی است. یکی از عوامل آرامش زندگی و بندگی خدا، برخورداری از جسم و جان سالم است؛ از این رو، عقل و نقل، حفظ تندرستی و حفظ نفس را لازم و واجب شمرده اند و روا نمی دارند که انسان حتی هنگام سخت ترین مصیبت و اندوه به عمد به جسم و جان خود آسیب برساند و اضرار به آن را حرام می شمارند.

حفظ نفس از موضوعات بسیار مهمی است که برای وجوب و لزوم آن می توان به ادله گوناگون عقلی و شرعی استناد نمود. گستره این موضوع که می توان به عنوان قاعده ای فقهی از آن یاد کرد، حفظ نفس از هر نوع پلیدی و زشتی به لحاظ روانی و ضرر و زیان به لحاظ جسمانی را می تواند شامل شود.

به بیان آیت الله جوادی آملی: انسان که آفریده خدا و خلیفه و امانت دار اوست، برای زندگی و حیاتی آفریده شده است که در پیوند های گوناگون خود، خدا محور است و در این زندگی و بندگی، به بدن سالم نیاز دارد و بهره مندی همه جانبه او از سلامت، اساس فعالیت های وی در زندگی مادی و معنوی است که در زبان پیامبر گرامی از آن به (نعمت پنهان و ناشناخته) یاد شده است. زیرا یکی از عوامل آرامش زندگی و بندگی خدا، برخورداری از جسم و جان سالم است؛ از این رو، عقل و نقل، حفظ تن درستی و حفظ نفس را لازم و واجب شمرده اند و روا نمی دارند که انسان حتی هنگام سخت ترین مصیبت و اندوه به عمد به جسم و جان خود آسیب برساند و اضرار به آن را حرام می شمارند. (جوادی آملی، ۱۳۹۱، ص ۹۱)

پژوهش حاضر در صدد است به بررسی موضوع حفظ تن و حرمت اضرار به نفس از منظر اسلامی و سلامت با تکیه بر آموزه های کتاب مفاتیح الحیال آیت الله جوادی آملی بپردازد.

۱-۱. پیشینه تحقیق

اکثر پژوهش هایی که در این زمینه صورت پذیرفته در مورد بررسی های فقهی و حقوقی اضرار به نفس و دفع سلامتی است که برخی از این پژوهش ها عبارت اند از:

۱. مبیض، محمداحمد، مصلحه حفظ النفس فی الشریعة الاسلامیة، قاهره: مؤسسه المختار للنشر و التوزیع، ۱۴۲۵ق.
۲. اله دادی، عاطفه، مبانی فقهی و حقوقی سلب حیات از خود، به راهنمایی زهرا گواهی، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور مشهد: ۱۳۸۹.
۳. رستمی نجف آبادی، حسنعلی، بررسی تحلیلی ماهیت و مبانی اضرار به نفس در فقه مذاهب خمس، استاد راهنما: علی محاور، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه قم، ۱۳۸۵.
۴. استادی، رضا، حرمت خودکشی و وجوب حفظ جان خود و دیگری، فصلنامه فقه اهل بیت (ع)، شماره ۵۷، بهار ۱۳۸۸.
۵. سلطانی، عباسعلی، فاطمه کراچیان ثانی، اثبات فقهی و حقوقی قاعده لزوم حفظ نفس در اسلام، پژوهش فقهی، دوره نهم، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۲.

۲. مفهوم سلامت

واژه سلامت در معنای اعم آن دوری از هر گونه بیماری و آفت ظاهری و باطنی است. راغب اصفهانی در بیان معنای سلامت می نویسد: «واژه سلم و سلامت دوری از بیماری ظاهری و باطنی است. (راغب اصفهانی، ۱۳۷۴، ج ۲، ص ۲۴۷) سلامت باطنی نظیر سلامت در آیه «بقلب سلیم» (شعراء/ ۸۹) یعنی دل و اندیشه ای که از نادرستی و دغل عاری باشد و سلامتی ظاهری «سُلْمَةً لَا شِیْءَ فِیْهَا» (بقره/ ۷۱) (سالم است و عیب و نشانه ای در آن نیست). اکثر لغویون همین معنا را برای واژه سلامت بیان کرده اند. برخی

لغویون سلامت را در معنای صلح و تسلیم و صلح آورده‌اند. (زیبیدی، ۱۴۱۴ق، ج ۲، ص ۵۸) در فرهنگ ابجدی اینگونه آمده است: «سلامت، تندرستی از تمامی عیوب و بیماری‌ها است.» (بستانی، ۱۳۷۵ش، ص ۴۹۳) صینی در المکنز، آن را در معنای خلاص و نجات آورده است. (اسماعیل صینی، ۱۴۱۴ق، ص ۵۷) طریحی آن را در مفهوم صلح آورده است. (طریحی، ۱۳۷۵ش، ج ۲، ص ۸۳) در نتیجه با بررسی دیدگاه‌های واژه‌شناسان بزرگ در منابع فارسی و عربی نشانه‌های سلامت عبارت است از: توافق میان اجزای موضوع سلامت، رفع دشمنی و عدم تضاد میان اجزاء، هدف محوری عملکرد اجزاء، اعتدال، نظم، تسلیم، صحت، عاری بودن از عیب، لذا هر عاملی که یکی از این علایم را داشته باشد عامل سلامت محسوب گردیده و ضد آن عامل بیماری و نبود سلامت است. (اسماعیلی و فیروزی، ۱۳۹۲)

سلامت در اصطلاح عبارت است از حالت آسایش کامل جسمی، روانی، اجتماعی و نه فقط نبودن بیماری و ناتوانی (پارک، ۱۳۸۷، ص ۳)

۳. سلامت انسان از منظر سازمان بهداشت جهانی

سلامت انسان‌ها هدف اصلی بسیاری از سازمان‌های بین‌المللی است. کنفرانس بین‌المللی مراقبت‌های سلامت اولیه از ۶ تا ۱۲ سپتامبر ۱۹۷۸ در شهر آما آتا شکل گرفت. دستاوردهای این کنفرانس سند معتبری در تعریف و تبیین مبانی خدمات بهداشت اولیه است. این اعلامیه جهانی، هدف کلی بهداشت برای همه تا سال ۲۰۰۰ میلادی را به صورت نیل به سطحی از تندرستی (جسمی، روانی و اجتماعی) برای همه مردم جهان که ایشان را توانا سازند از نظر اجتماعی و اقتصادی زندگی سازنده‌ای را داشته باشن، تعریف کرده و کلید دستیابی به چنین هدفی را خدمات سلامت اولیه قرار داده است. (عبادی فرد و شجاعی تهرانی، ۱۳۸۵)

گزارش ۲۰۰۸ بهداشت جهانی با عنوان «مراقبت‌های سلامت اولیه، حالا بیشتر از هر وقت دیگر» به phc پرداخته و اهمیت و قابلیت اجرایی آن را در تمامی کشورها تأکید نموده است. در گزارش چنین آمده است که: نسبت عظیمی از منابع برای خدمات درمانی خرج می‌شوند؛ پیشگیری و ارتقای سلامت که می‌تواند ۷۰٪ از بار جهانی بیماری‌ها را کم کند، نادیده گرفته می‌شود. (سازمان بهداشت جهانی، WHO، ۲۰۰۸)

سازمان بهداشت جهانی از جمله سازمان‌های تخصصی سیستم ملل متحد است که نقش اصلی آن هدایت و هماهنگی برنامه‌های سلامت در سطح بین‌المللی است. هدف سازمان بهداشت جهانی دست یافتن به بالاترین سطح ممکن برای همه مردم دنیا است. از جمله مهم‌ترین مسئولیت‌های این سازمان بی‌المللی عبارت است از:

۱. ترویج و هدایت پژوهشی در راستای سلامت
۲. ترویج همکاری بین گروه‌های علمی و حرفه‌ای مسئول پیشبرد سلامت
۳. کمک به ایجاد یک اعتقاد عمومی در میان همه امور بهداشتی
۴. ارتقای وضعیت تغذیه، مسکن، بهسازی محیط، شرایط کار و دیگر جنبه‌های بهداشت محیط

۴. ارتباط قاعده لاضرر با قاعده وجوب حفظ نفس

از جمله مهم‌ترین قاعده‌هایی که در آیین اسلام کاربرد دارد، قاعده اخذ شده از حدیث مشهور «لا ضرر و لا ضرار فی الاسلام» است. در اطمینان و اعتبار به صدور این روایت، جای هیچگونه شک و شبهه‌ای نیست؛ تا جایی که آخوند خراسانی ادعای تواتر احادیث لاضرر را داشته و تواتر موجود در این روایات را به توار اجمالی تفسیر می‌نماید. افزون بر اینکه فقها به این اخبار عمل نموده و در فتاوی به آن استناد کرده‌اند و این موجبات وثوق به صدورش را فراهم کرده و ضعف سند آن را جبران نموده است. (آخوند خراسانی، کفایة الاصول، ص ۳۸۰-۳۸۱)

روایات شامل شده این مضمون به سه شکل قابل تقسیم است:

¹. World Health Organizatio

۱. لا ضرر و لا ضرار (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۲۸۰؛ طوسی، ۱۴۰۷، ج ۷، ص ۱۶۴؛ حر عاملی، ۱۴۰۹، ج ۱۸، ص ۳۲)

۲. لا ضرر و لا ضرار فی الاسلام (ابن بابویه، ۱۴۱۳، ج ۶، ص ۲۵۰؛ حلی، ۱۴۱۴، ج ۱۱، ص ۶۸)

۳. لا ضرر و لا ضرار علی المؤمن (کلینی، الکافی، ج ۵، ص ۲۹۴؛ مجلسی، ۱۴۰۴، ج ۱۹، ص ۴۰۰)

اما در اینکه کدامیک از دو قید «فی الاسلام» و «علی المؤمن» در آن دخیل است، میان بزرگان، اختلاف نظر وجود دارد. قید «فی الاسلام» در احادیث شیعه جز در روایات مرسل که معروفترین آنها مرسله شیخ صدوق است، وجود ندارد و چون مرسلات روایی را نمی‌توان به عنوان علت، مورد نظر قرار داد. لذا این قید نمی‌تواند در روایت، معتبر باشد. نیز قید «علی مؤمن» هم تنها در روایت ابن مسکان از زراره موجود است؛ این روایت نیز به واسطه مرسل بودن، ضعیف است. (نظری توکلی، ۱۳۸۱، ص ۱۴)

یک) قاعده لاضرر و حرمت اضرار به خود یا دیگران

به منظور برقراری ارتباط بین قاعده لاضرر و قاعده وجوب حفظ نفس می‌بایست درصدد واکاوی در این موضوع برآمد که آیا قاعده لاضرر، بر حرمت ضرر به خود، دلالت می‌نماید یا اینکه مشتمل بر حرمت ضرر رساندن به دیگری می‌شود؟ پاسخ به این پرسش را در ضمن کلام فقها پی می‌گیریم. در کتاب «کلمات سدیة فی مسائل جدیدة» اینچنین آمده است:

«لا ضرر بر نفی هر نوع ضرر در محدوده قوانین شرعی دلالت می‌کند و مرجع آن را می‌توان عبارت از انتفای احکامی ضرری نظیر وضو یا حج ضرری دانست؛ البته می‌بایست در نظر گرفت که این گونه از اطلاق، متصرف به آن گروه از ضررهایی است که به دیگر اشخاص وارد می‌گردد. تأیید کننده این حکم، حدیث سمره است؛ آنجایی که ضرری مرد انصاری را تهدید می‌نمود که بنا بر حدیث «لاضرر و لا ضرار» را عبارت از نفی ضرر به دیگر اشخاص در نظر آورد.» (مؤمن قمی، کلمات سدیة فی مسائل جدیدة، ص ۳۶)

مرحوم خویی هم طبق بیانی اینگونه تحلیل می‌کند:

«فقره نخست حدیث که عبارت «لاضرر» است، ناظر بر نفی احکام ضرری در عالم شرع بوده و فقره دوم روایت که عبارت از «لا ضرار» است، دلالت بر حرمت اضرار به غیر می‌نماید؛ زیرا که اضرار بر وزن افعال و در معنای مشارکت طرفینی است؛ بر این اساس، نمی‌توان حدیث را دال بر نفی ضرر از خویش دانست.» (خویی، ۱۴۲۲، ج ۱، ص ۶۲۰ و ۶۲۷)

ایشان در جایی دیگر، موضوع مورد توجه را بدین صورت تحلیل می‌کند که حدیث لاضرر هیچگونه دلالتی بر حرمت اضرار به نفس ندارد؛ بلکه حدیث مورد نظر، دربردارنده حرمت اضرار به دیگران است؛ زیرا طبق بیان پیامبر(ص) مبنی بر اینکه تو مردی ضرر رسان هستی، اینچنین حرمتی به روشنی برداشت می‌گردد. (همو، دراسات فی علم الاصول، ج ۳، ص ۵۲۱)

اما اندیشمندی معاصر در این زمینه می‌نویسد:

«از این حدیث می‌توان مرتط با حرمت ضرر رساندن به خود استفاده نمود؛ زیرا اولاً ضرار در این روایت، در معنای تعمد در ضرر رساندن است؛ بدون اینکه تفاوتی در ضرر رساندن بر خود یا بر دیگری داشته باشد. ثانیاً مورد روایت نمی‌تواند موجب دست کشیدن از اطلاق آن که شامل ضرر رساندن به خود و دیگران است، شود. (نظری توکلی، ۱۳۸۱، ص ۱۸)

با توجه به آنچه بیان گردید، از بیان فقها اینچنین برداشت می‌شود که حدیث لاضرر، فقط مبتنی بر حرمت ضررها به دیگران است؛ اما به نظر می‌آید که قاعده لاضرر همچنان که مشتمل بر ضرر رساندن در حیطة فردی است، در ارتباط با روابط طرفینی هم قابلیت جریان دارد؛ زیرا طبق استدلال اخیر، عموم موجود در روایت و معنای اضرار که عبارت از تعمد در ضرر رساندن است، تفاوتی را بین ضرر رساندن به خود و دیگری باقی نمی‌گذارد. به این دلیل، باید توجه داشت که تنها طبق اینچنین استدلالی است که می‌توان از قاعده لاضرر برای ارتباط یافتن با قاعده وجوب حفظ نفس، بهره جست و آن دو را با هم در ارتباط دانست.

دو) ارتباط مفهومی دو قاعده وجوب حفظ نفس و لاضرر

قاعده «لاضرر» جزء آن گروه از قاعده های فقهی است که بر احکام اولیه حاکم است و در بسیاری از مسائل فقهی استفاده می شود. اضرار به نفس هم از زیرمجموعه های این قاعده است که مصداق کامل آن، یعنی خودکشی، به علت آیه ۲۹ سوره نساء که به صراحت از خودکشی نهی نموده، حرام است.

در ارتباط با قاعده لاضرر و وجوب حفظ نفس، می توان اینچنین عنوان داشت که انسان گاهی برای حفظ سلامت نفس و جان خود، ملزم به انجام اعمالی است که در صورت انجام ندادن این امور، زبانی متوجه سلامت و جان فرد می گردد و به عبارتی انجام ندادن آن امور، ضروری است. به عنوان نمونه، واجب نبودن استفاده از داروهایی که پزشک برای فرد بیمار تجویز کرده است. قاعده لاضرر شامل امور عدمی نیز می گردد. بر این اساس، در این موارد که عدم حکم وجوب، زبانی است این قاعده، عدم را برداشته حکم وجوب جعل می نماید. لذا در حوزه سلامت، قاعده لاضرر هم شامل حوزه تشریح و هم شامل حوزه اجرا می گردد و به عبارتی، هم رفع حکم ضرری می نماید و هم جعل حکم در مواردی که عدم حکم ضروری می باشد. حال در ارتباط با ضرر به نفس و قتل نفس (خودکشی) باید دید حکم جایز زبانی که قاعده لاضرر آن را بر می دارد، چیست؟ در پاسخ می توان بیان داشت اگر لا در لاضرر را در معنای نهی بگیریم و از آنجایی که این نهی نیز از اطلاق برخوردار است و شامل نهی از زیان زدن به خود و دیگری است؛ لذا از آن رویی که حفظ نفس و جان واجب است، انسان حق ندارد به خود زیان وارد نماید و اگر لا در معنای نفی حکم ضروری دانسته شود، می توان بیان داشت اصلاً در مقام تشریح در اسلام حکم ضرری وضع نگردیده و وجود ندارد است، و اگر در مقام اجرا نیز حکمی ضرری گردید، با استناد به قاعده لا ضرر منتفی خواهد گردید. (ابراهیمی کلاتی، ۱۳۹۴، ص ۱۰۴)

۵. استعمال دخانیات و مواد مخدر

دستاوردهای دانش سلامت در زمینه آسیب ها و زیان های بسیار استفاده از اقسام مواد مخدر که به جسم و روان انسان وارد می نماید، بر هر انسان آگاهی پوشیده نیست. بررسی این دانش ثابت می کند که این مواد هر چند به صورت مستقیم و یکباره انسان را از پای در نمی آورند، اما با آسیب زدن به سیستم ایمنی بدن و یا به بار نشاندن اثرات تخریبی در برخی از اعضا نظیر مغز، قلب و ریه ها به مرور زمان، موجبات مرگ انسان را فراهم می کنند. با در نظر داشتن ویژگی های موجود در مواد مخدر، تقسیمات مختلفی در کتاب های گوناگون مطرح گردیده است؛ از جمله در یک تقسیم بندی این مواد به سه گروه مواد توهم زا، سستی زاد و مواد محرک تقسیم شده است. (برفی، از میکده تا ماتمکده اعتیاد، ص ۹۰)

در این بین رایج ترین ماده مصرفی اعتبار آور، سیگار است که اصلی ترین دلیل اعتیادآوری آن در دود حاصل از سوختن توتون و نیکوتین موجود در آن است و از اثرات سو آن علاوه بر وابستگی بدن به مصرف آن، این است که رشد ریه را متوقف و عملکرد آن را کند می نماید و باعث کاهش حجم اکسیژن در عضله های بدن می شود؛ زیرا پس از مصرف سیگار ۹۰٪ نیکوتین آن، داخل ریه باقی می ماند که مهم ترین عامل در بروز سرطان در بدن انسان است و احتمال مبتلا شدن به اقسام سرطان ریه، دهان، گلو، حنجره، مری، کلیه، مثانه و... را افزایش می دهد. افزون بر این، سیگار در بروز عفونت های تنفس هم حرف اول را می زند. (پورکاظمی، ۱۳۷۵، ص ۱۶ و ۱۷)

۶. دلایل حرمت استعمال مواد مخدر

در مورد حرمت استفاده از مواد مخدر آیات و روایاتی وجود دارد که می توان حکم آن ها را از آن استخراج کرد.

۶-۱. ضوابط مستخرج از آیات

ملاک های برگرفته از آیات قرآن تأییدکننده این مطلب است که مواد مخدر به دلیل ضرر و زیانی که به بدن انسان وارد می نمایند، محکوم به حکمی نظیر حرمت هستند.

۶-۲. اصل صیانت نفس

استعمال مواد مخدر با ضررهای مسلم آن از مصداق‌های بارز به هلاکت انداختن نفس است. با توجه به تفاسیر آیات در ارتباط با حرمت قتل نفس و القاء در تهلکه (بقره/۱۹۵؛ نساء/۲۹) دریافته شد که مقصود از تهلکه، اعم از هلاکت دنیوی و اخروی بوده و مقصود از القاء در تهلکه، اقدام به هر عملی است که باعث وقوع در هلاکت انسان یا ترک عملی است که موجب هلاکت او می‌شود. (طیب، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۳۶۰) طبق مفاد آیه بیان شده، به هلاکت انداختن نفس، امری نهی شده و حرام است و این نهی برخوردار از اطلاق بوده؛ طوری که شامل هر قتلی خواهد گردید و استعمال بسیاری از مواد مخدر می‌تواند خواه به صورت تدریجی باشد، سرانجام به مرگ انسان انجامیده که در این صورت مشمول نهی آیه شریفه قرار می‌گیرد. بر این اساس با اجرای اصل صیانت نفس، استفاده از مواد مخدر با توجه به ضررهای بیشماری که بر بدن انسان وارد می‌نماید، محکوم به حکم حرمت است.

۶-۳. حرمت خبائث

با توجه به آیه شریفه «... وَ يُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَ يُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ...» (اعراف/۱۵۷) (اشیای پاکیزه را برای آن‌ها حلال می‌شمرد و ناپاکی‌ها را تحریم می‌کند)، ملاک حلال بودن و حرمت اشیاء، پاک یا خبیث بودن آن دانسته شده است. با بررسی مصادیق خبائث و موارد استفاده واژه «خبیث» می‌توان قاعده عمومی از این آیه استخراج کرد و آن این است که از جمله خبائث، کارهای مذموم و ناپسند است و با عنایت به معنای خبیث، انسان از آن جهت از چیزی تنفر پیدا می‌کند که آن را به حال خود، مضر و زیان آور می‌داند. (راغب اصفهانی، مفردات، ص ۱۳۶) و از آنجایی که زیان و ضرر مواد مخدر نسبت به جسم و روح در جای خودش ثابت و مسلم گردیده است، می‌تواند از مصداق‌های بارز و اعظم خبائثی باشد که آیه بیان شده بر حرمت آن دلالت می‌نماید.

۶-۴. روایات

روایات و احادیث بسیاری از معصومان (ع) وارد گردیده که برخی به صورت خاص از برخی مواد مخدر نظیر حشیش و بنگ نام برده (رک: نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۷، ص ۸۵-۸۶) و برخی به بیان قاعده و حکم کلی می‌پردازد که مواد مخدر را به عنوان یکی از مصداق‌های خود شامل می‌شود و نیز مشتمل بر نهی از چیزهای مضر است و برخی هم بر حرمت اسراف و اتلاف مال و عادت ناپسند و زشت دلالت می‌نمایند. (حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص ۵۵۵)

۱. از روایات دسته نخست می‌توان به بیان پیامبر (ص) اشاره نمود که فرمودند: کسی که بنگ می‌خورد، مثل این است که هفتاد مرتبه کعبه را خراب کرده و هفتاد فرشته مقرب را کشته است و هفتاد پیامبر مرسل را کشته است و هفتاد قرآن را به آتش کشیده است و هفتاد سنگ را به سوی خدا پرتاب کرد است و او حتی نسبت به کسی که شراب می‌نوشد و حتی نسبت به رباخوار و زناکار و سخن چین از رحمت الهی دورتر است. (نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۱۷، ص ۸۶)

۲. از مهم‌ترین و کامل‌ترین روایات دسته دوم، حدیث طولانی امام صادق (ع) است که طی سؤالاتی درباره حرمت و حلال بودن برخی مأكولات مفصلاً سخن رانده‌اند که طبق این روایت، امام از آغاز تا پایان، مناط و ملاک حلیت و حرمت را بر مفسده و ضرر نداشتن استوار کرده‌اند که از مجموع فقره‌های این حدیث می‌توان تنقیح مناط و استنباط ملاک کرد که آنچه موجب ضرر و فساد برای انسان و بدن او گردد، حرام است. (نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۱۶، ص ۳۶۱)

۳. از جمله روایات دسته سوم موارد زیر بیان می‌شود:

امام صادق (ع) می‌فرمایند: «در آنچه بدن را اصلاح می‌نماید، اسراف نیست؛ همانا اسراف در چیزی است که مال را تباه می‌نماید و به بدن زیان می‌رساند.» (برجوردی، جامع الاحادیث الشیعه، ج ۲۲، ص ۲۶۷ و ۲۶۸)

با استفاده از این دسته از روایات می‌توان بیان داشت حداقل برای کسانی که به اصول اخلاقی و اسلامی اعتقاد دارند، مصرف مواد مخدر نوعی اسراف در جان و مال است؛ زیرا چه بسا فرد به دنبال مصرف و وابستگی به این مواد، برای تأمین هزینه‌های آن، به سرقت و اعمال نامشروع دیگر روی بیاورد و به این ترتیب افزون بر تحمیل خسارت‌های مالی روزافزون در استفاده از این امانت الهی دچار انحراف و اسراف شده و آلوده به مسائلی گردد که منهی است و اسراف در نفس و دوری از مواهب الهی در زمان کوتاهی او را به سمت تباهی و هلاکت می‌کشاند.

حرمت وارده در این روایات، مواد مخدر را نیز شامل می‌شود؛ زیرا این مواد از مصداق‌های بارز ضرر و زیان و موجب فساد بدن است.

در مجموع می‌توان چنین برداشت کرد که از آنجایی که حفظ نفس واجب است، از جمله مصداق‌های بارزی که در تضاد با حفظ جان قرار می‌گیرد، استفاده از مواد مخدر است. زیرا یکی از ادله محکم محرمات، مضر بودن آن برای حیات و سلامت انسان است و برای امتثال وجوب حفظ نفس باید از این مواد حرام پرهیز نمود.

۷. ورزش‌های سخت و خطرناک

مشخص است که ورزش به علت رابطه مستقیمی که با سلامتی جسم و حتی روان انسان دارد، مطلوب شارع بوده و حتی در اسلام بر ورزش‌هایی نظیر شنا، پیاده‌روی، کوهنوردی، تیراندازی و اسب دوانی تأکید بسیاری شده است. اما ورزش‌هایی به مرور زمان شکل گرفته‌اند که نتیجه‌های دیگری به جز تقویت جسم بر آن مترتب است و خطراتی را برای فرد به همراه دارد؛ ورزش‌هایی نظیر پرش از ارتفاع، موتورسواری و برخی ورزش‌های رزمی نظیر بوکس، کشتی آزاد و... از آنجایی که این ورزش‌ها در قالب مسابقات و در قوانین رسمی ثبت شده‌اند، در فدراسیون‌های ورزشی صورت می‌پذیرند، مسئولیتی را برای ورزشکاران به دنبال ندارند. نیز ورزش‌هایی به علت در پی داشتن خطراتی منتج به اضرار به نفس، با مقاصد شرعی مبنی بر حفظ نفس همخوانی ندارد؛ چنانکه در کتاب مصلحت حفظ النفس فی الشریعة الاسلامیة به نقل از مجمع فقهی اینچنین آمده که: جایز نیست بوکس و کشتی آزاد در لیست ورزش‌های بدنی قرار بگیرد و نیز تمرین کردن آن‌ها و شرکت در مسابقات جهانی و پخش برنامه‌های تلویزیونی از آن‌ها جایز نیست تا بدین‌وسله جلوی آموزش و ترویج این اعمال را بگیرد. (مبعض، مصلحة حفظ النفس فی الشریعة الاسلامیة، ص ۳۸۱)

به نظر می‌آید که دلیل این عدم جواز، آسیب‌ها و ضررهایی باشد که متوجه افراد می‌گردد؛ زیرا منجر به هلاکت یا تقویت برخی از منافع بدن، نظیر از دست دادن بینایی یا ضربه‌های مغزی یا شکستن استخوان‌ها و... گردد. (همان) بر این اساس می‌توان بیان داشت ورزش‌هایی از قبیل آنچه بیان شد، که سلامت و حیات فرد را به خطر انداخته و تهدید می‌کند، جایز نباشد. شاید بتوان در همین زمینه به استفاده ورزشکاران از داروهای توان افزا و انرژی‌زا که چه بسا زیان و خطر جدی آن‌ها برای سلامت انسان مشخص است نیز، اشاره نمود که بدون شک این اعمال از مصادیق اضرار به نفس و القاء در تهلکه به شمار می‌رود.

۸. حفظ تن در کتاب مفاتیح الحیاء

آموزه‌های اسلامی در سه محور اعتقاد، اخلاق و احکام به بشر ارائه شده‌اند؛ در محور نخست، عقیده توحیدی آدمی را از آلودگی شرک و الحاد و کفر پاک می‌کند و در بعد اخلاق، توصیه‌های اخلاق نیکو، او را از پلیدی ظلم، کینه و حسد و هر زشتی دیگر پاکیزه می‌کنند، چنان که احکام فقه آدمی را از رفتار زشت و بیگانه‌صفتی و همانند دیوانه مردن باز می‌دارند، پس شایسته چنین دین الهی این است که متدینان به آن، از هر پلیدی پاک و از هر آلودگی طاهر باشند، زیرا رسول اکرم صلی الله علیه و آله وسلم نظافت را همانند تقوا وظیفه همگانی و همیشگی و همه‌جانبه می‌دانست و همان‌گونه که قرآن کریم درباره تقوا فرمود: تا می‌توانید از خدا پروا کنید: (فَاتَّقُوا اللَّهَ مَا اسْتَطَعْتُمْ) آن حضرت نیز درباره نظافت فرمود: با هر ابزار که می‌شود، از نظافت و پاکیزگی پاسداری کنید، زیرا بنیان اسلام بر نظافت و بهشت برای فرد نظیف آماده شده است.

محافظت و مراقبت در نظافت و بهداشت فردی و عمومی مورد تأکید دین است و راهکارهایی هم در این راستا پیشنهاد شده است. ابتدای فصل پنجم کتاب مفاتیح الحیاء، "اهمیت نظافت و بهداشت" را به خود اختصاص داده که امیرمؤمنان (ع) در این باره می فرماید: خانه‌هایتان را از تارهای عنکبوت پاکیزه نگه دارید، چرا که مایه فقر است. بخش دیگر این فصل، "بهداشت دهان و دندان" است که عناوینی چون: توصیه به مسواک، شیوه مسواک زدن، آثار مسواک زدن، پاداش مسواک زدن و توصیه به خلال را به رشته تحریر در آورده است که در ادامه به چند مورد از آن می پردازیم: شیوه مسواک زدن: راوی می‌گوید: امیرمؤمنان (ع) دندان‌هایش را از پهنا (بالا به پایین) مسواک می‌زد و غذا را با همه انگشتان دست می‌خورد.

آثار مسواک زدن: امام صادق (علیه السلام) فرمود: مسواک زدن دوازده ویژگی و فایده دارد: سنت پیامبر صلی الله علیه و آله وسلم است، دهان را پاکیزه می‌کند، چشم را روشنی می‌بخشد، خدا را خرسند، دندان‌ها را سفید، پوسیدگی دندان را برطرف و لثه را محکم و میل به غذا را زیاد می‌کند، بلغم را می‌برد، حافظه را تقویت، نیکی‌ها - زیبایی‌ها - را مضاعف می‌کند و فرشتگان بدان شاد می‌شوند.

پاداش مسواک زدن: رسول خدا(ص) می‌فرماید: دو رکعت نماز با مسواک نزد خدا از هفتاد رکعت بدون مسواک محبوبتر است و نیز می‌فرماید: هر کس روزی یک بار مسواک زند خدا از او خشنود باشد و بهشت از آن اوست و هر کس روزی دو بار مسواک زند روش پیامبران را ادامه داده است.

لازم به ذکر است، این فصل عناوینی چون: "نظافت و بهداشت در جمعه"، "سیره پیامبر در نظافت و بهداشت"، "نظافت و بهداشت عمومی" و "بهداشت روان" را مد نظر داشته که آیات و روایات مربوط به بهداشت و روان در دو عنوان بهداشت عقل و دل بیان می‌گردد: عقل به معنای منع است و زانوبند شتر را از این رو «عقال» گویند که شتر را از حرکت نابجا باز می‌دارد. عقل در اصطلاح به عقل نظری و عملی قسمت می‌شود. عقل نظری راهنمای اندیشه بشر و عقل عملی راهبر انگیزه اوست. امیرمؤمنان علی(ع) فرمود: بر عاقل است که خود را از مستی ثروت، مستی قدرت، مستی علم، مستی مدح و مستی جوانی نگه دارد، زیرا برای هر یک از این‌ها بوی پلیدی است که عقل را می‌زداید و وقار را کاهش می‌دهد. همان‌گونه که شرابخواری عامل مستی و زوال عقل و تعطیل نیروهای ادراکی آدمی است گناه نیز باعث مستی شدیدتری است که عقل را معزول و انسان را از ادراک سالم محروم می‌کند، از این رو نه تنها شراب، بلکه هر مسکری حرام است. خلوت با زنان و همنشینی با گمراهان و زیاد خندیدن نیز از عوامل بیماری و مرگ دل مطرح شده است که رسول خدا(ص) در این باره فرمودند: چهار چیز مایه تباهی دل‌هاست: خلوت با زنان [نامحرم] و گوش سپردن به آن‌ها و پذیرفتن رأی آن‌ها و همنشینی با مردگان. سؤال شد: ای رسول خدا! مجالست با مردگان چگونه است؟ فرمود: مجالست با هر گمراه رویگردان از احکام (دستورهای) الهی. همچنین آن حضرت فرمود: از خنده فراوان برحذر باش که دل را می‌میراند. (جوادی آملی، ۱۳۹۱، ج ۳، ص ۲۹۱)

۹. تأثیر فرهنگ بر حرمت اضرار نفس

آنچه تربیت دینی و اسلامی را از تربیت سکولار جدا نموده و مرز بین این دو را مشخص می‌نماید، تکیه بر فطرت است. در تربیت سکولار از بن مایه‌های درونی و فطری سخنی وجود ندارد؛ در حالی که اساس و پایه تربیت اسلامی تکیه بر امور فطری است. از منظر قرآن و روایات و فرهنگ اسلامی، در نهاد انسان تمایلات فطری با جهت گیری و سمت وسوی ویژه وجود دارد (بهشتی، ۱۳۸۷، ص ۹۵) و خصلت‌های فضیلت مند و خوب، خصلت‌هایی هستند که ریشه در فطرت انسان دارند. هر انسانی از آن نظر که انسان است، با گرایش به آن‌ها خلق می‌شود؛ حتی انسانی که به دلایلی بدان پایبند نیست، در وجدان خویش آن خصلت‌ها را زیبا می‌شمارد و اعمال ناشایست خویش را در راستای همین فضایل توجیه می‌نماید. بر این اساس یکی از برنامه‌های دین الهی

نشان دادن راه شکوفایی فضیلت‌ها است. ردایلی هم در مقابل فطرت بوده و انسان از آن تنفر دارد. منشأ گرایش انسان به رذیلت و زشتی، ترجیح مرتبه طبیعی و حیوانی بر مرتبه فطری و الهی است. هر چند مرتبه طبیعی در حد ذات خویش برای انسان مطلوب و مفید است؛ اما مقدم نمودن آن بر مرتبه فطری موجب می‌گردد تا انسان در تصمیمات خود از بعد انسانی و الهی فاصله گیرد. لذا یکی از رسالات تعلیم و تربیت اسلامی در مسیر بسترسازی برای شکوفایی استعدادها در راستای مطلوب، پیشگیری فعالانه در شکل‌گیری افکار، نگرش‌ها و رفتارهای مغایر با فطرت انسان است. با این رویکرد لازم است غالب تربیت، معطوف به سلب و اجتناب از اقداماتی باشد که انسان را از مسیر فطری خویش خارج می‌نماید. در حقیقت هدف تربیت، شکوفا نمودن استعدادهای متریبان نیست؛ بلکه زمینه‌سازی در راستای شکوفا شدن استعدادها است. در فرایند شکوفا گردیدن، اصل بر پیشگیری و حذف اقداماتی است که مانع عاملیت فرد در رشد و تحول خویش است. (کریمی، ۱۳۹۴، ص ۱۱۲) در این فرایند که از آن به عنوان تربیت سلبی یاد می‌شود، این امکان فراهم می‌گردد تا با نفی آنچه مغایر با فطرت است، شرایط فعلیت بخشی به گوهر الهی انسان فراهم می‌گردد.

نتیجه‌گیری

در آیین مقدس اسلام، سلامتی از جایگاه و ارزش ویژه برخوردار است، زیرا بدن انسان، بسان مرکب روح و ابزار تکامل انسان است. از این رو قرآن و منابع روایی، حاوی دستورات بسیاری در خصوص صحت و سلامتی است. با توجه به آموزه‌های بیان شده توسط معصومان (ع) سلامت نفس به مثابه اینکه یک فرد مانند تمامی افراد جهان است، واجب می‌باشد. همچنین ضرر رساندن به بدن از منظر آموزه‌های اسلامی حرام اعلام شده است. در این راستا، علامه جوادی آملی در کتاب مفاتیح الحیاة نکات ارزنده‌ای را برگرفته از آیات و روایات در راستای سلامتی بیان نموده‌اند که هم به تعالی جسمانی و هم سلامت روحانی و نفسانی کمک شایانی می‌نماید. همچنین طبق اصل لا ضرر در فقه اسلامی هیچ حکم ضرری در اسلام تشریح نشده و هر عملی که موجب اضرار به خود یا دیگری شود، غیر مشروع بوده و هرگز مورد امضای شارع قرار نمی‌گیرد. مقصود از ضرر و زیان هم زیان‌های شخصی و هم ضررهای نوعی است. یعنی ممکن است عملی نسبت به فردی موجب زیان باشد و نسبت به دیگری اینگونه نباشد که به موجب این قاعده زیان در مورد همان فرد مرتفع می‌شود.

منابع

- قرآن کریم؛ ترجمه ناصر مکارم شیرازی.
- ابراهیمی کلاتی، فاطمه، (۱۳۹۴) واکاوی قاعده لزوم حفظ نفس، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه فردوسی مشهد، استاد راهنما: دکتر محمدحسن حائری.
- ابن بابویه، محمدبن علی، ۱۴۱۳ق، من لا یحضره الفقیه، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- اسماعیل صینی، محمود، ۱۴۱۴ق، المکنز العربی المعاصر، بیروت: مکتب لبنان ناشران.
- اسماعیلی، مصطفی؛ فیروزی، رضا؛ معتمدی، عبدالله، ۱۳۹۲، معناشناسی سلامن از دیدگاه قرآن و حدیث، فصلنامه فقه پزشکی، شماره ۱۵ و ۱۶.
- بستانی، فؤاد افرام، ۱۳۷۵ش، فرهنگ ابجدی، تهران: اسلامی.
- پارک، جی ای، ۱۳۸۷، کلیات خدمات بهداشتی، ترجمه حسین شمایی تهرانی، بی‌جا: سماط.
- پورکاظمی، لطفعلی، ۱۳۷۵، ترک اعتیاد، بی‌جا: انتشارات بچه‌ها سلام.
- جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۹۱، مفاتیح الحیاة، قم: اسراء.
- حر عاملی، ۱۴۰۹ق، محمد بن حسن، وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، قم: مؤسسه آل‌البیت (ع).
- حلی، حسن بن یوسف، ۱۴۱۴ق، تذکره الفقهاء، قم: آل‌البیت (ع).

خویی، ابوالقاسم، ۱۴۲۲ق، مصباح الاصول، قم: مؤسسه احیای آثار الامام الخویی،
راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۳۷۴، مفردات، تهران: بی‌نا.
زبیدی، محمد مرتضی، ۱۴۱۴ق، تاج العروس، بیروت: دارالفکر،
طیب، عبدالحسین، ۱۳۷۸، اطیب البیان فی تفسیر القرآن، تهران: اسلام،
طریحی، فخرالدین بن محمد، ۱۳۷۵ش، مجمع البحرین، تهران: مکتبه المرتضویه،
طوسی، محمد بن حسن، ۱۴۰۷ق، تهذیب الاحکام، تهران: دارالکتب الاسلامیه،
عبادی فردآذر، فرید؛ شجاعی تهرانی، حسین، ۱۳۸۵، اصول خدمات بهداشتی تهران: انتشارات سماط،
کریمی، عبدالعظیم، ۱۳۹۴، تزکیه به مثابه تربیتی سلبی در برابر تدسیه به مثابه تربیت ایجابی، فصلنامه علمی تربیت اسلامی، شماره
۲۱.

کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۴۰۷ق، کافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه،
مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۴ق، مرآة العقول فی شرح اخبار آل الرسول، تهران: دارالکتب الاسلامیه،
نظری توکلی، سعید، ۱۳۸۱، پیوند اعضا در فقه اسلامی، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی،
نوری، حسین بن محمد تقی، ۱۴۰۸ق، مستدرک الوسائل، بیروت: مؤسسه آل البيت (ع)،