

عنوان مقاله:

نقش تغذیه در سلامت با رویکرد آموزه وحیانی

محل انتشار:

مجله طب سنتی اسلام و ایران، دوره 4، شماره 4 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

رحمت اله مرزبند
محمد علی افضلی

خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: سلامت در فرهنگ متعالی اسلام از ارزش والایی برخوردار است. قرآن کتاب هدایت و سلامت معرفی شده است. بر همین اساس رهنمودهای مختلف بهداشتی در مورد سلامت ارائه کرده است. یکی از رویکردهای قرآن، توصیه های تغذیه ای آن در آیات متعدد است، هدف از این پژوهش، شناسایی نقش و جایگاه آموزه تغذیه قرآنی در ارتباط با سلامت است. مواد و روش ها: پژوهش حاضر مبتنی بر روش تحلیلی اسنادی و مفهومی است. در این راستا، ابتدا با مراجعه به منابع تفسیری و حدیثی، و نیز جستجو در بانک های اطلاعاتی از قبیل Sid, magiran, Noormags, iranmedex، اطلاعات لازم مبتنی بر سوالات تحقیق گردآوری شد. در نهایت مطالب گردآوری شده با توجه به اهداف و سوالات پژوهش، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: آموزه تغذیه و حیانی، توجه به سلامت جسمی را با اصول تنوع غذایی، ایمنی و طیب بودن در نظر دارد. با دعوت به غذای حلال و پرهیز از غذای حرام و نیز پذیرش خداوند به عنوان رزاق حقیقی، معنویت در سلامت را جستجو می کند. این نگرش معنوی، شاخص های سلامت روان از قبیل آرامش، اخلاق مداری و عمل صالح را بدنبال دارد امری که در قرآن بر آن تاکید می شود. توزیع عادلانه غذا در جامعه اسلامی، از دیگر آموزه قرآنی است که با آن سلامت اجتماعی محقق می شود. لذا جهت گیری رهنمودهای بهداشت تغذیه و حیانی در راستای تحقق سلامت جامع نگر است. نتیجه گیری: از آنجا که در آموزه و حیانی، تغذیه سالم دربردارنده، شاخص های جسمی، روانی، معنوی و اجتماعی است. ضروری است که رویکرد تغذیه ای اسلام مورد توجه سیاست گذارانی جهانی تغذیه قرار گیرد تا سلامت واقعی حاصل شود.

کلمات کلیدی:

Nutrition, Health, spirituality, mental, Tayyeb food, معنویت, تغذیه, سلامت روانی, غذای طیب

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1348179>

