

الكتاب : دایرة المعارف اعجاز علمي

قلب و عروق : بخش عمده ي بیماریهای کشنده ي قلب و رگها، از سیگار کشیدن مي آید، پزشکان جراحی قلب مي گویند بیشتر جراحیهای داخلی قلب در اثر زیان ها و آسیب هایی است که در درجه ي اول به سیگار برمي گردد. دکتر دیگری متخصص بیماریهای گوش و حلق و بینی، یک بار شخصی مبتلا به سرطان حنجره به پیشش مي رود، وقتی دست بر سینه اش مي گذارد، متوجه مي شود که قوطي کبريتي در جيبش هست، به او مي گوید : سرطان ناشي از اين قوطي است. عامل نخست اين بیماریهای پرخطر اين است که اکسید کربن با رنگ خون يکي مي شود، واز انجام مهمترین کار در زندگي انسان يعني جابه جايي اکسیژن با گاز زغال سنگ جلوگیری مي کند. حقیقت اين است که خداوند دانا براي اکرام انسان و به منظور سلامتي او و براي رهایی او از نابودي و هلاکت، دستگاه هاي بسيار پیچیده و مهمي را در بدن او نصب کرده است تا در مواقع خطر از او محافظت کند.

(۷۰۹/۱)

اگر کسی موجود ترسناکي - مثلاً افعي - را ببیند، چه مي شود؟ شکل افعي بر شبکیه ي چشم نمایان مي شود و آن را احساس مي کند، شبکیه تصویر را از طریق عصب بینايي به مغز مي رساند تا با توجه به آن چه یاد گرفته، معنای اين تصویر را تشخیص دهد. مغز که پادشاه دستگاه عصبي است ملکه ي سیستم هورموني (غده ي هیپوفیز) را از طریق یک رابطه که جسم زیرتالاموس است، مورد خطاب قرار مي دهد. اين غده دستور مغز را براي عملکرد درست به منظور حفظ سلامتي دریافت مي دارد. ملکه است، پس عناصر هورموني فعالی در اختیار دارد، لذا دستوري به غده ي فوق کلیوي مي فرستد تا پنج هورمون ترشح کند. اولي سرعت ضربان قلب را بالا مي برد؛ دومي جهش ریه ها را زیاد مي کند؛ سومي رگهای بزرگ را گشاد مي کند تا خون به عضله ها و پوست برود، چهارمي میزان قند خون را بالا مي برد و پنجمي هورمون لختگی را بیشتر مي کند. تمام اين کارها توسط هورمون آدرنالین که غده ي فوق کلیوي ترشح مي کند، انجام مي گیرد، و همه ي اين فعالیت ها به سبب تحریک بخشي از دستگاه

عصبي خودکار صورت مي گيرد.

کسي که ترسيده ضربان قلبش بالا مي رود و جهش ريه هائيش بيشتري مي شود، در نتيجه نفس نفس مي زند. رگهاي اصليش تنگ مي گردد در نتيجه رنگش به زردي مي گرايد، در اين موقع اگر خونش را آزمايش کنيم، متوجه مي شويم که قند خونش و نيز نسبت عامل لختگي که کبد ترشح مي کند، بالا رفته، سم نيکوتين دقيقاً همان کار آدرنالين را انجام مي دهد، بنا بر اين شخص سيگاري هميشه سرعت ضربانش بالا است، جهش ريه هائيش تند و رگهاي بزرگش تنگ است و زردي رنگش از همين جا ناشي مي شود، مقدار هورمون لختگي در خونش و نسبت قند خون بسيار بالا است. اين جاست که چنين کسي هشت برابر بيشتري از غيرسيگاريها در معرض ابتلا به لختگي خون قرار مي گيرد، و اين حقيقت مسلم است.

(۷۱۰/۱)

يکي از علل بيماري موات دود سيگار است، بدین صورت که دود نسبت گران روي خون را بالا مي برد و گردش و جريان خون در رگهاي ظريف و باريک کند مي شود، در نتيجه خون به خاطر نارواني از دور و بر دچار موات مي شود.

علاوه بر آن دود باعث بيماري نادري به نام التهاب انسدادی رگها مي شود، رگ وقتي ورم مي کند مجرايش بسته مي شود، و بسته شدن آن ناشي از ضعف جريان خون است که بيماري موات را نيز در بي دارد.

بيماري ديگري وجود دارد که در مصرف کنندگان سيگار ديده مي شود و از جمله علايم آن سيانوز و سرخ شدن دستها است.

دستگاه گردش خون : دود ماده اي را به اطراف مي پراکند که مي تواند سرعت ضربان قلب را افزايش داده، رگها را تنگ کرده و باعث پيچيش در آنها مي شود. دود همچنين باعث حمله ي آنژين صدری و سفت شدن رگهاي تاجي مي شود. هر پاکت سيگاري مي بينيد زيرش نوشته : «دود براي دستگاه تنفسي، رگها و قلب ضرر دارد». اين یک تذکر علمي است که از هزارن مورد گذشته است. هيأتی از بزرگترین پزشکان در جهان غرب گزارشي سيصد و هفت صفحه اي با عنوان «دود و سلامتي» ارايه کردند که در آن به طور قطع خطرهای ويرانگر سيگار کشيدن را مورد تأکيد قرار داده اند. خداوند بزرگ چيزهاي مفيد و خوب را براي انسان حلال کرده و هر چيز ناپاک و بد را حرام کرده است، و با دليل و مدرک محکم ثابت کرده که دود براي سرخ رگها ضرر دارد، قلب و سرخ رگهاي تاجي را اذيت مي کند، و باعث تصلب شرايين، افزايش سرعت قلب، التهاب ريه و ضعف دفاع در نايژه هاي

هوایی می شود، کما این که نایژه های سرخنای را از کار می اندازد، پس آیا با آگاهی از این همه خطر، باز سیگار بکشیم؟ و با دستان خود اعصاب و مغز خودمان رانابود کنیم؟ و قلبهایمان را تلف کنیم؟ ای آدمیزاد مگر عمر سرمایه ی تو نیست؟ و بالأخره سیگار کشیدن برابر است با بستری شدن، سلامتی تاج درخشان سر تندرستان است که تنها شخص بیمار آن را می بیند.

(۲۱۱/۱)

چشم : دود باعث ورم در غشای درونی پلک چشم، خشکی پلک ها، التهاب در عصب بینایی و کمبود ویتامین (ب ۱۲) می شود.

دستگاه گوارش : نود درصد از مبتلایان به سرطان لب سیگاریها هستند، و نیز سرطان زبان و مری، زخم های لثه و زبان، ورم غده های بزاقی، باد کردگی و آلوده شدن آن و گاهی سختی و دشواری در بلعیدن در میان آنها بیشتر است، گذشته از اینها دود منجر به مسموم شدن سلول های کبد، کم شدن یا جمع شدن کبد و بالأخره سرطان کبد می شود.

دستگاه تناسلی : دود یکی از بزرگترین عوامل ضعف جنسی و زشتی منی در مردان می شود، و در هر دو جنس هم زن وهم مرد منجر به عقیمی می شود، رابطه ی بین زن و شوهر را ضعیف می کند، و بیشتر موارد سقط جنین و مرده به دنیا آمدن، و زایمان زودهنگام و کاهش وزن به سبب دود سیگار است. گاهی مرگ بچه ی شیرخوار، بد اخلاقیها، مرگ در گهواره، تنگی نفس بچه ها و ناشنوایی به خاطر سیگاری بودن مادر است.

اما نکته ای که باور کردنی نیست این که بچه ی تازه به دنیا آمده این سم کشنده را با شیر مادر می خورد. چون شیر آلوده است. لذا استفراغهای بی دریی، تشنج و سریع شدن قلب بچه از تأثیرات منفی سمهای دود است که از طریق شیر مادر به بدن بچه می رود. کمترین که انبوهی این سمها باعث زخم و خراشهایی بر پستان زن می شود، که گاهی به سرطان پستان می انجامد.

نکته ی مهمتر این است که اگر صد نفر شراب بنوشند احتمال اعتیاد به شراب پانزده درصد است، در حالی که اگر همین تعداد سیگار بکشند، هشتاد و پنج درصد به بیماری ویرانگری به نام اعتیاد به سیگار مبتلا می شوند.

(۲۱۲/۱)

بعضی از مردم گمان می کنند دود دو نوع است : پاک یا خالص و ناپاک و آلوده، و دود پاک از طریق فیلتر سیگار تصفیه شده؛ اما حقیقت این است که فیلتر تنها از ورود ماده ی قطران به ریه ها جلوگیری می کند و بس، بلکه سمهای موجود در دود به تمامی از فیلتر می گذرد. بنابراین تصور این که نوعی دود فیلتر شده وجود دارد، گمانی واهی بیش نیست و هیچ اساس بهداشتی ندارد. خطرناکترین اثر دود این است که تنها به شخص سیگاری منحصر نمی شود، بلکه به اطرافیان نیز، از جمله همسر، فرزندان و دوستان منتقل می شود. وقتی کسی به مدت چهار ساعت در اتاقی باشد که یک نفر سیگاری در آن هست مانند این است که ده نخ سیگار کشیده باشد، بنابراین آن شخص در اصطلاح پزشکی یک سیگاری منفی است، او خود سیگار نمی کشد، بلکه با یک نفر سیگاری هم نشین شده، پس کسی که سیگار می کشد و از بوی خوش دود - که هرگز حقیقت ندارد - بهره مند می شود، ندانسته اطرافیان خود را آزار می دهد.

آمار حقیقی در آمریکا نشان می دهد که قربانیان سیگار در سطح کشور سیصد و پنجاه هزار نفر در سال است. به عبارت دیگر هر روز هزار سیگاری و سیگاری های منفی که خود سیگار نمی کشند بلکه پدران و ماداران یا دوستان و هم کلاس هایشان سیگاری اند جان می دهند. و در کل مجموع کسانی که در یک کشور غربی به علت سیگار می میرد، چهار صد هزار نفر است یعنی چیزی حدود هزار نفر و بیشتر در روز.

سیگارهای صادره ی آمریکا بسیار بد و مضر است زیرا نسبت سمهای آن خیلی بالاست و تا ده برابر بیشتر از حد معمول است. خود پاکت، آرم تجاری روی آن و قیمت نشان می دهد که سیگاری که به کشورهای جهان سوم در خاورمیانه صادر می شود. بسیار نامرغوب است.

(۷۱۳/۱)

پژوهشی در بریتانیا بر روی هشتاد و سه نفر سیگاری انجام شد و نتیجه بیانگر این است که از هر ده نفر سه نفر به زودی به سبب بیماری های ناشی از سیگار با مرگ روبرو می شوند. و مابقی هم از بیماری های مزمنی که به نوعی باسیگار رابطه دارد رنج می برند.

اما اگر درباره ی خسارت وارده از آتش سوزیهای ناشی از ته سیگارها بخواهیم بحث کنیم باید بگوییم که بیشتر از تمام سودهای شرکت ها و مالیاتهاست که از این صنایع دریافت می شود. در کشور دلربای ما با جنگل های بی نظیرش یک گردشگر ته سیگاری را دور انداخت و دوپست و پنجاه هکتار از جنگل های سرسبز را به آتش کشید. تمام این خسارت جبران ناشدنی به خاطر یک ته سیگار ناچیز.

برخی از سیگاریها دچار توهمی شده اند می گویند من هیچ دردی ندارم، راه می روم و می دوم، از سلامتی خوبی برخوردارم سیگار هم مصرف می کنم. باید گفت حقیقت بس مهمی را فراموش کرده است این که زیان های سیگار در بدن بر روی هم انباشته می شود بدون این که آثارش نمایان گردد مگر با انجام آزمایش های دقیق.

(۷۱۴/۱)

بنابراین شخص گمان می کند هیچ بیماری و ناراحتی ندارد در حالی که آثار مخرب سیگار انباشته می گردد، و یک خط قرمز وجود دارد، هرگاه تراکم آثار تخریبی به خط قرمز برسد به ناگاه علایم بروز می کند و این حالت را شکست خط مقاومت می نامند. وقتی کسی پنج کیلوگرم وزن در یک کفه ی ترازو می گذارد و در کفه ی دیگر یک کیلو سپس دو کیلو، سه و چهار هنوز آن کفه سنگین تر است، اما چون وزن برابر می شود خودبه خود کفه ی دوم هم حرکت می کند و برابر می شوند چه چیزی آن را تکان می دهد! آیا این اندک چیزی که در آخر اضافه کرد آخرین گرم؟ خیر، بلکه تراکم و انباشتگی پیشین به اضافه ی این آخرین گرم که کار را تمام کرد آن را تکان داد. یکی از دانشمندان غربی می گوید: «شرکتهای تنباکو یعنی شرکتهای کشتن یا شرکتهایی که با مرگ دادوستد می کند. دانشمندان مسلمان در گذشته به خاطر شناخت اندکشان نسبت به زیان های سیگار کشیدن فتواهای ضد و نقیضی صادر کرده اند، از آن جمله علامه ابن عابدین نویسنده ی کتاب «حاشیه در فقه حنفی» که بزرگترین منبع درباره ی فقه حنفی است در سخن از سیگار کشیدن می گوید: «بعضی از گذشتگان آن را حرام دانسته! برخی مکروه و گروهی آن را مباح دانسته اند؛ ازیرا که زیانهایش نمایان نبوده است و در حقیقت در مورد هر چیزی اصل بر این است که مباح است و این که دانشمندان قدیمی سیگار را حلال دانسته اند از روی کم اطلاعی نسبت به ضرر و زیان های آن بوده؛ چراکه اگر حقایق قاطع کنونی درباره ی مضرت های سیگار برای آن ها هم آشکار می گشت، قطعاً زودتر و سریع تر از ما آن را حرام می کردند.

پس از بیان این مقدار زیاد از زیان های سیگار دیگر اصلاً جایی برای سخن گفتن از حلال بودن آن باقی نمی ماند؛ زیرا پیامبر گرامی از جانب خداوند آمده که خوردنیهای پاک و تمیز را برای بشریت حلال کند و خوردنیهای زیانبخش و ناپاک را حرام.

(۷۱۵/۱)

پس با این وصف آیا می توان تصور کرد که انسان عاقلی سیگاری به دست می گیرد و آن را دود می کند؟ خیر، محال است و این دلیل فطری است به این که سیگار ناپاک است و می زید که انسان پیش از خوردن غذا و هر چیزی «بسم الله الرحمن الرحيم» و پس از آن «الحمد لله رب العالمین بگوید و از خدا بخواهد نعمتهای خود را بر آن ها بیشتر کند. خداوند می فرماید :

(الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ وَيَضَعُ عَنْهُمْ إِصْرَهُمْ وَالْأَغْلَالَ الَّتِي كَانَتْ عَلَيْهِمْ فَالَّذِينَ ءَامَنُوا بِهِ وَعَزَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنزِلَ مَعَهُ أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ)

... (اعراف : ۱۵۷)

«کسانی که از فرستاده ی خدا پیامبر امی پیروی می کنند کسی که اسم نوشته شده اش را در کتابهای تورات و انجیل پیش خود می یابند و آنها را به کارهای خوب وا می دارد و از کارهای زشت باز می دارد، غذاها و خوردنیهای پاک و مفید را برایشان حلال و ناپاک و مضرها را برایشان حرام می کنند و بار گرانشان و زنجیره هایی که بر دست و پای آنها بود، از دوش شان برمی دارد. بی گمان آنهايي که به او ایمان آورده اند و یار و یاور او شدند و از نوری که در پیشاپیش اوست پیروی کردند، رستگار شدند».

پروردگار عزوجل در جایی دیگر می فرماید :

(وَ اتَّقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَ لَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَ أَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ) ... (بقره : ۱۹۵)

«در راه خدا بخشش کنید و به دست خود، خودتان را به هلاکت نیندازید، نیکی کنید که خدا نیکوکاران را دوست دارد».

و آن که سیگار می کشد باید بداند که خود را در مسیر هلاکت انداخته است».

همچنین می فرماید :

(۷۱۶/۱)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالِكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِنْكُمْ وَ لَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا) ... (نساء : ۲۹)

«ای کسانی که ایمان آورده اید داراییهای خود را در میان خود به ناحق تلف نکنید مگر این که با رضایت خود تجارتي بکنید. همدیگر را به کشتن ندهید و بدانید که خداوند در حق شما بس مهربان

است».

اسلام خودکشی را حرام کرده است امروزه نوعی خودکشی وجود دارد که در کمترین زمان انجام می شود این چنین که شخصی چاقویی در جایی از بدن خود بزند، این یعنی خودکشی سریع و اما یک نوع خودکشی دیگر که تدریجی است این است که سیگار بکشد.

از ابوهریره روایت شده که پیامبر (ص) فرمودند: «مَنْ تَرَدَّى مِنْ جَبَلٍ فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَهُوَ فِي نَارِ جَهَنَّمَ يَتَرَدَّى فِيهِ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا وَ مَنْ تَحَسَّى سُمًّا فَقَتَلَ نَفْسَهُ، فَسُمُّهُ فِي يَدِهِ يَتَحَسَّاهُ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا وَ مَنْ قَتَلَ نَفْسَهُ بِحَدِيدَةٍ، فَحَدِيدَتُهُ فِي يَدِهِ يَجَأُ بِهَا فِي بَطْنِهِ فِي نَارِ جَهَنَّمَ خَالِدًا مُخَلَّدًا فِيهَا أَبَدًا» (۱). هر کسی خود را از کوهی پایین بیندازد و کشته شود، در آتش جهنم خواهد بود و همیشه در آن خواهد ماند، و هر کس زهر بخورد و خود را بکشد، آن زهر در دستش خواهد بود و در میان آتش جهنم تا ابد از آن می چشد، و هر کس خود را با تکه آهنی (چاقو یا هر چیز) بکشد، تکه آهن در درون آتش جهنم در دستش خواهد بود و برای همیشه آن را در شکم خود فرو می کند.

گذشته از این ها پیامبر هرگونه مست و سست کننده ای را نهی فرمود. از ام سلمه روایت شده که «پیامبر از هرگونه مست و سست کننده ای نهی فرموده». (۲)

(۱) - بخاری (۵۴۴۲)، مسلم (۱۰۹) و ترمذی (۲۰۰۴۳) و دیگران.

(۲) - امام احمد (۲۶۶۷۶) و ابوداود (۳۶۸۶).

(۲۱۷/۱)

هر آدم تنگدستی که سیگار می کشد باید بداند که احمق است، و هر ثروتمندی که این عادت را دارد اسراف می کند، خداوند می فرماید:

(إِنَّ الْمُبَدِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ وَ كَانَ الشَّيْطَانُ لِرَبِّهِ كَفُورًا)

... (اسراء: ۲۷)

«اسراف کنندگان برادر شیطانند و شیطان به راستی که نسبت به پروردگارش بس ناسپاس بود».

اگر سرزمینهای بسیاری که صرف کشت تنباکو می شود، حتی چیزهای کم ارزشی مانند سبزیجات و میوه ها در آن کاشته شود، خیر و برکت همه جا را فرا می گیرد، در آمدها افزایش می یابد، مردم به سلامت می مانند و بی گمان انسانیت در حال و وضعی دیگر غیر از این خواهد بود که اکنون دارد. یکی از دانشمندان بزرگ دولت عثمانی در تحریم تنباکو و سیگار فتوایی صادر کرده و غیر از او

بزرگان دیگری مانند علامه ابراهیم لقانی، شیخ سالم سنوری و مفتی مملکت سعودی، شیخ بدرالدین حسنی، شیخ شام شیخ علی دقر و شیخ محمد حامد نیز چنین فتوایی داده اند.

شیخ جاد الحق شیخ دانشگاه الأزهر فتوایی صادر کرده که متن آن از این قرار است: «بس آشکار است که مصرف دخانیات هر نوعی باشد و به هر طریقی مصرف شود، چه در حال یا در آینده زیان بسیار زیادی به جان و مال انسان می رساند، او را به بسیاری از بیماریهای گوناگون مبتلا می کند. با توجه به این دلایل و زیانهایی که دارد و بنابر آن چه یاد شد، مصرف آن حرام است. بنابراین به هیچ وجه، و به منظور حفظ جان و مال و پرهیز از خسارت و زیان هایی که علم پزشکی بیان داشته، برای مسلمان جایز نیست آن را مصرف کند».

(۷۱۸/۱)

مطالب علمی ذکر شده همه از سازمانهای بهداشت جهانی، دانشگاههای بسیار پیشرفته و پژوهش های دقیق گرفته شده و حقیقت هم همین است. گروهی از دانشمندان علم پزشکی در غرب گزارشی سیصد و هشتاد و هفت صفحه ای با عنوان «سیگار و سلامتی» ارائه کرده که تأکید دارد خطرهای بزرگ و مرگباری در نتیجه ی سیگار کشیدن برای انسان پیش می آید.

اما پدیده ی جدیدی که می توان از آن بحث کرد این است که بیماریهای قلب و عروق و بیماریهای خون، معمولاً در سن شصت سالگی به بالا دیده می شود که شخص دیگر به آخرهای خط رسیده و رو به زوال است، بلکه اکنون خطر در حالتهای دیگری است، آسم، در سن سی، بیست و پنج و بیست و دو سالگی، مرگ بر اثر سیگار، این پدیده ی نوظهوری است که پیشتر نبوده است.

بنیادی ترین نیازهای زندگی سه تاست، نخست هدایت، دوم سلامتی و سپس لیاقت و شایستگی. و لازم به ذکر است که بدون فراهم بودن سلامتی، لیاقت و شایستگی معنایی ندارد، و بدون هدایت نیز سلامتی بی فایده است. بنابراین یکی از ارکان بنیادی زندگی مؤمن، سلامتی است؛ ازیرا که با داشتن سلامتی می تواند نقش جانشینی خود بر روی زمین را به خوبی بازی کند و به هدفی که از بهر آن آفریده شد، برسد، و با وجود سلامتی است که می تواند به هدایت دست یابد و از مال و سامان بهره مند گردد، پس اگر برایش محقق شود که سیگار و دود سلامتی را با خطر مواجه می کند معقول نیست که حتی یک نخ سیگار هم بکشد. خداوند می فرماید:

(الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَ يَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَ يُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَ يُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ) ... (اعراف : ۱۵۷)

»

آنان که از این فرستاده، پیامبر درس نخوانده - که نام او را نزد خود، در تورات و انجیل نوشته می یابند - پیروی می کنند، همان پیامبری که آنان را به کار پسندیده فرمان می دهد و از کار ناپسند باز می دارد، و برای آنان چیزهای پاکیزه را حلال و چیزهای ناپاک را حرام می گرداند، آنهایی که از او پیروی کنند غریق رحمت الهی می شوند».

خداوند بزرگ و بلندمرتبه خوردنی های پاک و سالم را برای ما انسانها حلال شمرده و ناپاکیها را حرام کرده است، بنابراین مؤمن باید چیزهایی را که برایش سودمند است و آن چه را که برایش زیان آور است، خوب بشناسد، و قدر عمر گران مایه اش را بداند، و باید بداند که چگونه عمرش را می گذراند، پیامبر بزرگوار ما را از هر چیزی که برایمان مضر و زیان آور است، باز داشته است. و خداوند بزرگ ما را به ایمان تشویق می کند و آن را در دلمان آراسته است، و در مقابل کفر، بدکاری و نافرمانی را برایمان زشت و نادرست دانسته و چون انسان از دستورهای پروردگارش نافرمانی کند، در لغزشگاههای خطرناکی می افتد که زندگی و آخرتش را ناامن می کند و پرآزار.

زیان های سیگار کشیدن در قلب و سرخ رگها پروردگار پاک و دانا به منظور تکریم و بزرگداشت انسان و ارج نهادن به او مجموعه سیستم هایی در بدنش نصب کرده که در هنگام رویارویی با خطر به یاریش بشتابد؛ مثلاً اگر کسی در جایی راه برود و ناگهان ماری ببیند، چه می شود؟ این مراحل زیر روی می دهد :

بلافاصله قیافه و شکل مار بر روی شبکیه ی چشم رسم می شود که این مرحله ی احساس است، احساس دیدن، یعنی شخص خطر را دیده و احساس کرده است. سپس تصویر روی شبکیه به مراکز ادراک در مخ ارسال می گردد و مخ با توجه به شناختی که دارد و از راه تجربه و یادگیری به این شناخت دست یافته است، متوجه می شود که این مار زندگی انسان را با خطر مواجه می کند، پس او اکنون با خطر روبه رو است، در این جا مغز که اصل دستگاه عصبی است وارد عمل می شود و با ابزارهایی بس پیچیده بخش مخصوص دستگاه عصبی خودکار را آگاه می کند، و غده ی فوق کلیوی خود مستقیماً به این امر اقدام می کند.

فرمان اول چنین است که به تمام رگهای خونی دستور می دهد به منظور حفظ خون مجراهای خود را

تنگ کند، در نتیجه تمام رگها تنگ می شود و زردی رنگ شخص ناشی از این فرآیند است. دستور دوم هم برای قلب صادر می شود تا ضربانش را بالا ببرد، قلب در حال عادی هشتاد بار در دقیقه می تپد، اما گاهی برای مواجهه با خطر تپش آن به صد و هشتاد بار می رسد و خون را با سرعت بیشتری به عضله ها می فرستد.

دستور سوم هم به ریه ها می رسد که جهش خود را بیشتر کند، به خاطر همین است کسی که ترسیده نفس نفس می زند. دستور دیگری به کبد می رسد تا مقداری قند در خون رها سازد تا بتوان باخطر مقابله کرد. فرمان بعدی برای ذرات شناور خون می آید، که خالق آن را برای جلوگیری از هرگونه خلل یا شکافی در سرخ رگها به هنگام زخمی شدن آن درست کرده، و بنابر مضمون فرمان رسیده، شمار آن در خون افزایش می یابد.

البته در نظر انسان این امر طبیعی است، وقتی انسان با خطری روبه رو می گردد قلبش با سرعت بیشتری می زند، شش ها هم تندتر می جهد و به خاطر تنگ شدن مجرای رگها رنگش به زردی می گراید، میزان قند درخون بالا می رود، و شمار ذرات شناور برای بستن هرگونه شکاف وارده ای، بیشتر می شود.

(۱/۲۲۱)

اما دود چه بلایی بر سر انسان می آورد؟ ماده ی سمی به نام نیکوتین در دود هست که ترشح آدرنالین را افزایش می دهد، و آدرنالین است که ضربان قلب را تند و سرخ رگها را تنگ می کند، به همین خاطر بیشتر سیگاریها رنگشان زرد است.

پس خطر کجاست؟ تنگی مداوم سرخ رگها گاهی سبب انسداد سرخ رگهای قلب می شود، و آئزین صدری در شخص بروز می کند، یا باعث لختگی خون در داخل رگها یا مسدود شدن سرخ رگهای مخ می شود و در نتیجه شخص با سکنه ی مغزی روبه رو می شود یا سرخ رگهای ساق پا را مسدود می کند که موات را در پی دارد و در این صورت چاره ای جز قطع پا نخواهد بود. خطر دیگری که سیگار کشیدن دارد این است که حالتی از سستی و تنگی در رگها ایجاد می کند. تنگی سرخ رگها و سیاه رگها چه خطری دارد؟ فشار خون را بالا می برد. آن چه ذکر شد مواردی است که شکی در آن نیست و ثابت شده است، به همین خاطر شرکتهای تولید تنباکو و سیگار در سراسر جهان موظفند روی پاکت یا تنباکو بنویسند: «سیگار زیان های بزرگی برای قلب و رگهای خونی در پی دارد».

در گلبولهای قرمز مقادیری هموگلوبین هست که اکسیژن را از ریه ها می گیرد و آن را به سلولها می رساند تا مواد قندی مصرف شود و نیروی بدن را تأمین کند.

هموگلوبین آدمهای سیگاری با نخستین اکسید کربنی که در نتیجه ی سیگار کشیدن به وجود می آید، متحد می شود، و در نتیجه ی این اتحاد هموگلوبین از انجام روند حمل و نقل اکسیژن باز می ماند. چون پانزده درصد از هموگلوبین انسان سیگاری به جلوگیری از این کار برمی خیزد و چون میزان سیگار کشیدن بالا می رود، یک سوم گلبولهای خون یا یک سوم هموگلوبین موجود در آن از نقل اکسیژن از شش ها به سلولها باز می ماند، این تأثیر دوم سیگار کشیدن بر روی قلب، سیاه رگها و سرخ رگها است. نویسنده ی این مقاله در ادامه می افزاید هشتاد درصد بیماران قلب، سیگارها هستند.

(۷۲۲/۱)

کارخانه های سیگار، تنباکو را در ظرف ها و لوله های محکمی می گذارد، و مقداری آب میوه، آب انگور، آب سیب یا میوه ی دیگری بر روی آن می ریزد. سپس خمیر پاره هایی بر آن می گذارند و آن گاه بسته بندی می کنند، سه سال محکم آن را نگه می دارند، تا کهنه شود و تنباکو با شراب و الکل قاطی گردد و در نتیجه برگهای تنباکو به الیاف نرم و خشکی که در الکل جوشیده تبدیل می شود، به این خاطر است که یک نخ سیگار وقتی روشن می شود تا آخرش خاموش نمی شود؛ چون تنباکو با الکل آمیخته شده است، و جمله ی «بفرمایید، بوی مطبوع!» که بر تابلوهای تبلیغاتی سیگار نوشته شده به این اشاره دارد. این مطلب در کتابی که نویسنده اش پس از دیداری از کارخانه های تولید تنباکو در آمریکا نوشته بود، آمده است.

مورد دیگری که قابل ذکر است این که مردی به نام ماکلاریم که شخصیتی بسیار جذاب داشت، شرکتهای سیگار در تبلیغات از او استفاده می کردند و اغلب لباس یک شبان را به تنش می پوشیدند، و طوری او را به سخن می آوردند که مردم را به سیگار کشیدن تشویق کند. این شخص در اوج جوانی در گذشت؛ زیرا در اثر سیگار کشیدن به سرطان ریه مبتلا شده بود؛ و آخرین سخنانش چنین بود که به من باور نکنید، دود سیگار مرا کشت، خودم بهتر می دانم، من به شما دروغ می گفتم. یکی از نشانه های مؤمن این است که ارزش خود، زندگی و سلامتی را می داند، سلامتی قطاری است که او را در ایستگاه خوشبختی آخرت پیاده می کند و نعمتهایی که در سلامتی نهفته است پلای است که او را به بهشت جاودانه می رساند، پس باید با جان و دل در راه حفظ سلامتی خود بکوشد؛ چراکه سرمایه ی زندگی است، و خداوند بلندمرتبه می فرماید :

(وَ لَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ) ... (بقره : ۱۹۵)

«با دست خود خود را به وادی هلاکت نیفکنید».

باید دانست که اولین اکسید کربن ناشی از سیگار بر روند نفوذ کلسترول در دیواره ی سرخ رگها و سیاه رگها کمک می کند و نفوذ این ماده در دیواره ی رگها مجرای آن را تنگ می کند، فشار خون را بالا می برد و قلب را به شدت خسته می کند.

نکته ی دیگری که لازم است به آن اشاره کرد این است که احتمال ابتلای سیگاریها به بیماری قلب و سرخ رگها پانزده برابر بیشتر از آنهایی است که سیگار نمی کشند. ممکن است کسی پرسد : آیا آنهایی که سیگاری نیستند مبتلا نمی شوند؟ در پاسخ می گویم چرا، مبتلا می شوند، اما به میزان بسیار کمتری نسبت به سیگاریها.

این مطالب را به عنوان نصیحت از این جهت بیان کردیم تا خوانندگان را از آن آگاه گردانیم و سیگاریها بدانند جریان از چه قرار است و چه سرنوشتی در انتظارشان است، چون دین عبارت است از نصیحت های ما انسانها به یکدیگر.

سیگار کشیدن منفی

این اصطلاح یعنی قرار گرفتن در معرض دود سیگار کسان دیگر در جاهای شلوغ و سرپسته. دود سیگار بیشتر از خود سیگاریها بر اطرافیان آنها تأثیر می گذارد. پژوهش علمی که گروهی از دانشمندان به انجام رسانده اند می گوید دود موجب افزایش نسبت کلسترول در خون کسانی می شود که در معرض دود سیگار دیگران قرار می گیرند، که خود منجر به ابتلا به بیماریهای قلب، سرطان پوست و گلو و دیگر بیماریهای مربوط به سیگار کشیدن می شود. از طرفی باید اذعان کرد که سیگار ضرر مضاعفی برای زنان باردار دارد، هرچند که خود سیگاری نباشند. وقتی پدر خانواده در کنار زن آبستش سیگار می کشد باید بدانند چه خطرهایی در پی خواهد داشت؛ زیرا ماده ی نیکوتین به جنین می رسد. پس چنان چه زنی که سیگار هم مصرف نمی کند، روزی سه ساعت در معرض دود سیگار دیگران قرار بگیرد، احتمال ابتلای جنینش به عیب و نقص هایی در سخن گفتن و ذهنش بیشتر می شود.

اما اگر زن بارداری خود سیگار بکشد، بچه اش سواي مشکلاتی که در رشد عقلي و ذهني خواهد داشت، یا کم وزن به دنیا می آید و یا پیش از موعد طبیعی. همچنین سیگار کشیدن تنها بر جنین زنی

که سیگار می کشد یا در معرض دود سیگار دیگران قرار می گیرد، تأثیر بد ندارد و بس؛ بلکه در نوه هایش نیز تأثیرگذار خواهد بود، و وقتی چنین زنی بچه ای به دنیا بیاورد، زبان های نهفته ی سیگار به نسل بعدی نیز منتقل می شود و علاوه بر آن در رشد منفی نوه ها هم تأثیر خواهد داشت. امروزه سخن از زنان و مردان و بچه های غیرسیگاری است که در معرض دود سیگار دیگران قرار می گیرند، اینها نتایج هولناکی بود که پژوهش های علمی به آن رسیده است. خداوند می فرماید :

(الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْتُوبًا عِنْدَهُمْ فِي التَّوْرَةِ وَالْإِنْجِيلِ يَأْمُرُهُمْ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَاهُمْ عَنِ الْمُنْكَرِ وَ يُحِلُّ لَهُمُ الطَّيِّبَاتِ وَيُحَرِّمُ عَلَيْهِمُ الْخَبَائِثَ) ... (اعراف : ۱۵۷)

« کسانی که از پیامبر امی پیروی کردند، پیامبری که نام و وصف او را در کتابهای خود انجیل و تورات ثبت شده، می یابند، او که آنها را به کارهای پسندیده سفارش می کند و از کارهای ناپسند باز می دارد، چیزهای پاکیزه و مفید را برایشان حلال و ناپاکیها و چیزهای زیان آور را برایشان حرام می کند، کسانی که از او پیروی کنند رستگارند.»

امروزه با دلایل علمی درست و پژوهش های تحقیقی ثابت شده که دود سیگار از ناپاکیها و چیزهای زیان آور است، و البته این نتیجه از مفهوم آیه ی بالا نیز برداشت می شود.

فهرست منابع و مراجع

- ۱- قرآن کریم.
- ۲- تفسیر طبری، انتشارات دارالفکر، بیروت، ۱۴۰۵ هـ.
- ۳- تفسیر ابن کثیر، دارالفکر، بیروت، ۱۴۰۱ هـ.
- ۴- تفسیر قرطبی، دارالشعب، قاهره، ط ۲، تصحیح احمد عبدالحلیم بردونی.

(۷۲۵/۱)

-
- ۵- صحیح بخاری، انتشارات ابن کثیر، یمامه، بیروت، ۱۴۰۷ هـ / ۱۹۸۷ م، ط ۳، تصحیح دکتر مصطفی دیب البغا.
 - ۶- صحیح مسلم، انتشارات احیاء التراث العربی، بیروت، تصحیح فؤاد عبدالباقي.
 - ۷- سنن ترمذی، دار احیاء التراث العربی، بیروت أحمد محمد شاکر و دیگران.
 - ۸- سنن ابوداود، دارالفکر، بیروت، تصحیح محمد محی الدین عبدالحمید.

- ٩- سنن ابن ماجه، دارالفكر، بيروت تصحيح فؤاد عبدالباقي.
- ١٠- سنن كبراي نسائي، دارالكتب العلميه، بيروت، ١٤١١ هـ / ١٩٩١ م، تصحيح عبدالغفار سليمان بنداوي، سيد كسروي حسن.
- ١١- مسند امام احمد، مؤسسه ي قرطبه، مصر.
- ١٢- موطاي امام مالك، دار احياء التراث العربي، مصر، تصحيح محمد فؤاد عبدالباقي.
- ١٣- سنن دارمي، دارالكتاب العربي، بيروت، ١٤٠٧ هـ، تصحيح فؤاد احمد زمري، خالد سبع علمي.
- ١٤- مصنف عبدالرزاق، انتشارات مكتب اسلامي، بيروت، ١٤٠٣ هـ، چاپ دوم، حبيب الرحمن اعظمي.
- ١٥- مصنف ابن ابي شيبه، انتشارات رشد، رياض، ١٤٠٩ هـ، چاپ اول، كمال يوسف حوت.
- ١٦- صحيح ابن حبان، مؤسسه ي رسالت، بيروت، چاپ دوم، ١٤١٤ هـ / ١٩٩٣ م، تصحيح شعيب أرناؤوط.
- ١٧- صحيح ابن خزيمة، انتشارات مكتب اسلامي، بيروت، ١٣٩٠ هـ / ١٩٧٠ م، تصحيح محمد مصطفى اعظمي.
- ١٨- معجم كبير، طبراني، انتشارات علوم و حكم، موصل، ١٤٠٤ هـ / ١٩٨٣ م، چاپ دوم، تصحيح حمدي سلفي.
- ١٩- المستدرک علي الصحيحين، حاكم، دارالكتب العلميه، بيروت، ١٤١١ هـ / ١٩٩٠ م، تصحيح عبدالقادر عطا.
- ٢٠- شعب الإيمان، بيهقي، دارالكتب العلميه، بيروت، ١٤١٠ هـ، چاپ اول، تصحيح محمد سعيد بيوني زغلول.
- ٢١- مسند الشهاب، قضاعي، مؤسسه ي رسالت، بيروت، ١٤٠٧ هـ / ١٩٨٦ م، چاپ دوم، تصحيح حمدي سلفي.
- ٢٢- الجامع الصغير، سيوطي، انتشارات طائر العلم، جده، تصحيح عبدالرؤوف مناوي.
- ٢٣- كشف الخفاء، عجلوني، مؤسسه ي رسالت، بيروت، ١٤٠٥ هـ، چاپ چهارم، تصحيح قلاش.

(٧٢٦/١)

-
- ٢٤- الزهد، عبدالله بن مبارك، دارالكتب العلميه، بيروت، تصحيح حبيب الرحمن اعظمي.
- ٢٥- أسني المطالب في أحاديث مختلفه المراتب، محمد سيددرويش حوت، دارالكتاب العربي،

- بيروت، ١٤٠٣ هـ، تصحيح خليل ميس .
- ٢٦- الفردوس بمأثور الخطاب، ديلمي همداني، دارالكتب العلميه، بيروت، ١٩٨٦، چاپ اول،
تصحيح سعيد بن بسونى زغلول.
- ٢٧- علل دار قطني، انتشارات طيبه، رياض، ١٤٠٥ هـ / ١٩٨٥ م، چاپ اول، تصحيح محفوظ
الرحمن زين الله.
- ٢٨- تلخيص الجير، ابن حجر، مدينه ي منوره، ١٣٨٤ هـ / ١٩٦٤ م، تصحيح سيد عبدالله هاشم
يماني مدني.
- ٢٩- فتح الباري، شرح صحيح بخاري، ابن حجر، انتشارات معرفت، بيروت، تصحيح فؤاد
عبدالباقي، محاسب الدين خطيب، ١٣٧٩ هـ .
- ٣٠- شرح صحيح مسلم، نووي، دار احياء التراث العربي، بيروت، ١٣٩٢ هـ.
- ٣١- السيره النبويه، ابن هشام، دارالجيل، بيروت، ١٤١١ هـ، چاپ اول، تصحيح محمد سيعد
بسونى زغلول.
- ٣٢- الطب النبوي، ابن قيم، دارالفكر، بيروت، تصحيح عبدالغني عبدالخالق.
- ٣٣- زاد المعاد، ابن قيم، مؤسسه ي رسالت، انتشارات اسلامي منار، بيروت - كويت، ١٤٠٧ هـ /
١٩٨٦ م، چاپ چهارم، تصحيح شعيب أرناؤوط - عبدالقادر أرناؤوط.
- ٣٤- لسان العرب، ابن منظور، انتشارات صادر، بيروت - لبنان، چاپ اول، ١٩٩٧ م.
- ٣٥- مجمع الزوائد، ابوبكر هيثمي، انتشارات ميراث ريان، دارالكتاب العربي، قاهره، بيروت، ١٤٠٧
هـ.
- ٣٦- شرح عمدته، ابن تيميه، انتشارات عبيكان، رياض، ١٤١٣ هـ، تصحيح دكتور مسعود صالح
عطيشان.
- ٣٧- الطب النبوي، ابن قيم جوزيه، دارالفكر، بيروت، تصحيح عبدالغني عبد الخالق.
- ٣٨- بدائع الفوائد، ابن قيم جوزيه، انتشارات نزار مصطفى الباز، مكه ي مكرمه، ١٤١٦ هـ / ١٩٩٦
م، تصحيح عبدالعزيز عطا، عادل عبدالحميد عدوي.
- ٣٩- المستطرف في كل فن مستظرف، ابوالفتح أشبهي، دارالكتب العلميه، بيروت، ١٩٨٦ م، چاپ
دوم، تصحيح دكتور مفيد محمد قميحه.
- ٤٠- القاموس المحيط، فيروزآبادي.

- ٤١- مختارالصباح، رازي، انتشارات علوم، تصحيح دكتور مصطفى بغا.
- ٤٢- موسوعه النباتات المفيده، فريد باباعيسي، انتشارات عكرمه، دمشق، ٢٠٠٢ م.
- ٤٣- روائع الطب الإسلامي، بخش درمان، جزء اول، انتشارات معاجم، چاپ اول، ١٤١٥ هـ / ١٩٩٤ م.
- ٤٤- الأنوار في شمائل النبي المختار، حسين بن مسعود بغوي، تصحيح ابراهيم يعقوبي، انتشارات مكتبي، چاپ دوم، ١٩٩٩ م.
- ٤٥- الطب الوقائي بين العلم والدين، دكتور نضال عيسي، انتشارات مكتبي، چاپ اول، ١٩٩٧ م.
- ٤٦- أساسيات علم المفاصل، انس قطيفاني - دانه الفقير، دانشگاه دمشق، ١٩٩٩ م.
- ٤٧- اعجاز القرآن في العلوم الجغرافيه، محمدمختار عرفات، انتشارات اقرأ، چاپ اول، ٢٠٠٣ م.
- ٤٨- اعراف جسدك، زنجيره ي كتابهاي فرهنگ عمومي، ترجمه ي عقيد ماجد عظمه، چاپ زنجيره كتاب هاي فرهنگ عمومي.
- ٤٩- اعرف نفسك، دكتور فاخر عاقل، دارالعلم للملايين، چاپ سوم، ١٩٧٤ م.
- ٥٠- الأسودان التمر والماء، دكتور حسان شمس باشا، انتشارات مناره (عربستان سعودي)، چاپ اول، ١٩٩٢ م.
- ٥١- الأمراض الشائعه، دكتور محي الدين طالو علي، انتشارات ابن كثير، چاپ اول، ١٩٨٩ م.
- ٥٢- الأمراض النفسيه و عوامل الشد إلي الخلف، دكتور مأمون حموش، انتشارات مأمون، چاپ اول، ٢٠٠٣ م.
- ٥٣- الإنسان بين العلم والدين، شوقي ابوخليل، دارالفكر، چاپ پنجم، ١٩٨٩ م.
- ٥٤- الإنسان و معجزه الحياه، دكتور خلوق نور باقي، مؤسسه ي رسالت، چاپ اول، ١٩٩٨ م، ترجمه ي اورخان محمد علي.
- ٥٥- الإيدز و الأمراض الجنسيه، دكتور محي الدين طالو علي، انتشارات ابن كثير، چاپ اول، ١٩٩٨ م.
- ٥٦- الإيدز وباء العصر، دكتور محمد علي البار و دكتور محمد أيمن صافي، انتشارات مناره، چاپ اول، ١٩٨٧ م.
- ٥٧- الأسرار الطبيه الحديثه في السمك و الحوت، دكتور حسان شمس باشا، انتشارات مناره (عربستان سعودي)، چاپ اول، ١٩٩١ م.

- ٥٨- الانفجار الكبير أو مولد الكون، اميد شمشك، مؤسسه ي رسالت، چاپ اول، ١٩٩٨ م، ترجمه ي اورخان محمد علي.
- ٥٩- البدانه و السمنه، دكتور حلمي رياض جيد، دارالمعارف، ١٩٦٩ م.
- ٦٠- التغذيه و النمو، دكتور محمد غسان سلوم، دانشگاه دمشق، چاپ چهارم، ١٩٩٤ م.
- ٦١- الجديد في أمراض التدخين، دكتور نضال عيسي، انتشارات مكتبي، چاپ اول، ١٩٩٤ م.
- ٦٢- الجنين المشوه و الأمراض الوراثيه، دكتور محمدعلي البار، انتشارات قلم و مناره، چاپ اول، ١٩٩١ م.
- ٦٣- الحبه السوداء بين الدين و الطب، دكتور عبدالرحمن نجار، انتشارات علوم قرآن، چاپ اول، ١٩٩٢ م.
- ٦٤- الختان بين الطب و الشريعه، دكتور عبدالرحمن قادري، انتشارات ابن نفيس، چاپ اول، ١٩٩٦ م.
- ٦٥- الخنزير بين ميزان الشرع و منظار العلم، دكتور احمد جواد، انتشارات سلام (قاهره)، چاپ اول، ١٩٨٧ م.
- ٦٦- الدخان أحكامه و أضراره، عبدالكريم محمد نصر، ١٩٩٦ م.
- ٦٧- الدليل الطبي و الفقهي للمريض في شهر الصيام، دكتور حسان شمس باشا، انتشارات سوادي (جده).
- ٦٨- الدماغ بنيته و وظائفه، عمران مقداد، دانشگاه دمشق، ١٩٨٦ م.
- ٦٩- الدين في مواجهه العلم، وحيدالدين خان، انتشارات نفائس، چاپ چهارم، ١٩٨٧ م، ترجمه ي ظفراالاسلام خان.
- ٧٠- السجائر حلال أم حرام، دكتور عبدالصبور شاهين، انتشارات ذهبيه.
- ٧١- السواك في ميزان الصيدله، علي رغبان و فراس رزوق و مجاهد كرمان، انتشارات فصلت، چاپ اول، ١٩٩٧ م.
- ٧٢- الشفاء بالحبه السوداء، فرح عبدالحميد قداحي، انتشارات اسراء (قاهره)، ١٩٨٩ م.
- ٧٣- الشمس و القمر بحسيان، دكتور احمد عبدالجواد، انتشارات هاشم كتبي.
- ٧٤- الطب الاسلامي، محي الدين حالو علي، ابن كثير، چاپ اول، ١٩٩٢ م.
- ٧٥- الطب المجرب، خالد سيدعلي، نشر دار التراث (كويت)، چاپ پنجم، ١٩٩٣ م.
- ٧٦- الطب النبوي، ابن قيم جوزيه، نشر حكمت.
- ٧٧- الطب النبوي في ضوء العلم الحديث، دكتور غياث حسن احمد، انتشارات معاجم، چاپ اول، ١٩٩٥ م.

- ٧٨- الطب النبوي و العلم الحديث، دكتور محمد ناظم النسيمي، بنگاه متحد، چاپ اول، ١٩٨٤ م.
- ٧٩- الطب محراب الإيمان، دكتور خالص كنجو، مؤسسه ي رسالت، ١٩٧١ م.
- ٨٠- الطقس، أ. ج فور سدايك، مركز انماء عربي (بيروت)، ١٩٨١ م، ترجمه ي نبيله (هيلين منسي).
- ٨١- العلاج بالنبات، وديع جبر، دارالجيل، چاپ اول، ١٩٨٨ م.
- ٨٢- العلم في حياه الانسان، دكتور عبدالحليم منتصر، نشر كتاب عربي، ١٩٨٤ م.
- ٨٣- العلم في منظوره الجديد، روبرت م. اغروس، زنجيره ي عالم معرفت، شماره ي ١٣٤، ترجمه ي دكتور كمال خلایلي.
- ٨٤- العلم والدين مناهج و مفاهيم، دكتور احمد عروه، درالفكر، چاپ اول، ١٩٨٧ م.
- ٨٥- العلم يدعو إلي الإيمان، اكريسي موريسون، نشر نهضت مصري، چاپ سوم، ١٩٥٨ م، ترجمه ي محمود صالح الفلكي.
- ٨٦- العلوم في القرآن، دكتور محمد جميل حبال و دكتور مقداد مرعي جواري، انتشارات نفائس، چاپ اول، ١٩٩٨ م.
- ٨٧- الغذاء لا الدواء، صبري قباني، دارالعلم للملايين، چاپ سوم، ١٩٦٦ م.
- ٨٨- الفيزياء المسليه، ياكوف بيريلمان، نشر مير (مسكو)، چاپ پنجم، ١٩٧٧ م. ترجمه ي دكتور سليمان منير.
- ٨٩- القرآن و علم النفس، دكتور عبدالعلي جسماني، العربيه للعلوم، چاپ اول، ١٩٩٩ م.
- ٩٠- القرار المكين، دكتور مأمون شقفه، انتشارات احسان، چاپ دوم، ١٩٨٧ م.
- ٩١- الكواكب الوطن، كيفن دبليو كيلبي، نشر مير (مسكو).
- ٩٢- الكون و أحجار الفضاء، محمد فتحي عوض، نشر وثبه.
- ٩٣- الكون و الأرض و الإنسان في القرآن العظيم، رجا عبدالحميد عرابي، انتشارات خير، چاپ اول، ١٩٩٤ م.
- ٩٤- الله و العلم الحديث، عبدالرزاق نوفل، دارمصر للطباعه، چاپ دوم.
- ٩٥- الله يتجلي في عصر العلم، گروهی از دانشمندان آمريكايي، نشر احياي كتابهاي عرب، ترجمه ي دكتور دمراش عبدالمجيد سرحان.
- ٩٦- الميلا تونين هل هو الدواء السحري، دكتور حسان شمس باشا، انتشارات مناره (عربستان سعودي)، چاپ اول، ١٩٩٦ م.

- ٩٧- النحلة تسبح الله، محمد حسن حمصي، چاپ اول، ١٩٧١ م.
- ٩٨- النفس بين العلم والدين، محي الدين ميقرى، چاپخانه ي عكرمه، چاپ اول، ١٩٩٦ م.
- ٩٩- الوافي في تخطيط القلب الكهربائي، دكتور ضياء الدين جماس ودكتور عبدالملك كزيري، انتشارات رازي، چاپ اول، ١٩٨٧ م.
- ١٠٠- الوجيز في أمراض الكبد، ليلى محمد اديب مؤيد عظم و نهي احمد كامل، دانشگاه دمشق، ١٩٩٨ م.
- ١٠١- بدائع السماء، جيرالد هوكر، ترجمه ي دكتور عبدالرحيم بدر، انتشارات عصريه (صيدا)، ١٩٦٧ م.
- ١٠٢- تشريح و فيزيولوجيا الإنسان، واسيلي تاتارينوف، نشر مير (مسكو)، ١٩٨٣ م.
- ١٠٣- جهاز التنفس، گروهى از پزشكان، دانشگاه دمشق، ١٩٨٠ م.
- ١٠٤- حرب النجوم، عاطف معشوق.
- ١٠٥- حركة الأرض و دورانها، محمد علي صابوني، نشر قلم، چاپ اول، ١٩٩١ م.
- ١٠٦- خلق الإنسان بين الطب و القرآن، محمد علي البار، چاپ و نشر سعودي، چاپ چهارم، ١٩٨٣ م.
- ١٠٧- دراسات حول الطب الوقائي، گروهى از پزشكان، مجله ي الكتاب العربي (١٧)، ١٩٨٧ م.
- ١٠٨- دليل الأنفس بين القرآن الكريم و العلم الحديث، توفيق محمد عزالدين، انتشارات دارالسلام (قاهره)، چاپ اول، ١٩٨٦ م.
- ١٠٩- دليل العائلة الطبي، جان غوميز، انتشارات حوار، چاپ دوم، ١٩٨٨ م.
- ١١٠- دورالجرائم في حياتك، لئوشنيدر، انتشارات وزارت فرهنگ، ١٩٨١ م، ترجمه ي غسان مصري زاده.
- ١١١- رحله الإيمان في جسم الانسان، حامد احمد حامد، نشر قلم، چاپ اول، ١٩٩١ م.
- ١١٢- روائع الطب الاسلامي، دكتور محمد نزار دقر، نشر معاجم، چاپ اول، ١٩٩٥ م.
- ١١٣- سبعون برهاناً عليماً، ابن خليفه، انتشارات ايمان، چاپ سوم، ١٩٨٨ م.
- ١١٤- شفاء التباريح و الأدوية في حكم التشريح و نقل الأعضاء، شيخ ابراهيم يعقوبي، چاپخانه ي خالدبن وليد، چاپ اول، ١٩٨٦ م.
- ١١٥- طبيبك معك، دكتور صبري قباني، دارالعلم للملايين، چاپ هفتم.
- ١١٦- طعامك سليماً و سقيماً، دكتور ضياء الدين حماس، مركز كتاب نورشام، ١٩٩٩ م.

- ١١٧- عظمه الرحمن في خلق الإنسان، علي شيخ علي، دانشگاه دمشق، ١٩٧٧ م.
- ١١٨- علم النفس الإسلامي، محمد رمضان قذافي، از چاپ شده هاي روزنامه ي الدعوه الاسلاميه، چاپ اول، ١٩٩٠ م.
- ١١٩- غرائب مخلوقات الله، لطفي وحيد، مكتب نوين دانشگاهي، ١٩٩٠ م.
- ١٢٠- غريزه أم تقدير الهي، شوقي ابوخليل، دارالفكر، چاپ ششم، ١٩٨٧ م.
- ١٢١- فيه شفاء للناس العسل، دكتور محمد نزاردقر، دارالكتب العربيه.
- ١٢٢- قصه العناصر، البير دوكروك، انتشارات وزارت فرهنگ، ١٩٨١ م، ترجمه ي وجيه سمان.
- ١٢٣- قصص و طرائف عن الفلزات، س. فينيتسكي، نشر مير (مسكو)، ١٩٨٤ م، ترجمه ي عيسي مسوح.
- ١٢٤- كتابه المعرفه - الحيوان، دكتور عبدالمنعم عبيد، بنگاه تراد كسيم.
- ١٢٥- كتابه المعرفه - جسم الانسان، دكتور عبدالمنعم عبيد، بنگاه تراد كسيم.
- ١٢٦- كتابه المعرفه - النبات، دكتور عبدالمنعم عبيد، بنگاه تراد كسيم.
- ١٢٧- ما هي نظريه النسبيه، لاندوا ورومر، نشر مير (مسكو)، چاپ چهارم، ١٩٧٨ م.
- ١٢٨- ماذا في العلم و الطب من جديد، گروهی از پزشكان، انتشارات كتاب عربي (٢١).
- ١٢٩- مبادئ البيولوجيا، ارينا كروزينا، نشر مير (مسكو) چاپ دوم، ١٩٨٢ م.
- ١٣٠- مبادئ التشخيص في الطب الباطني، گروهی از پزشكان، دانشگاه دمشق، ١٩٩٩ م.
- ١٣١- مع الطب في القرآن الكريم، دكتور عبدالحميد دياب و دكتور احمد قرقوز، مؤسسه ي علوم قرآني، چاپ اول، ١٩٨٠ م.
- ١٣٢- مع الله في السماء، دكتور احمد زكي، انتشارات هلال (قاهره).
- ١٣٣- معالجه التدخين بين الأطباء و المشرعين، دكتور ضياءالدين جماس، نشر ابن حيان.
- ١٣٤- معجزات الشفاء في الحبه السوداء و العسل و الثوم و البصل، ابوفداء محمد عزت محمد عرف، نشر تهامه.
- ١٣٥- معجزات في الطب للنبي العربي، دكتور محمد سعيد سيوطي، مؤسسه ي رسالت، چاپ دوم، ١٩٨٦ م.
- ١٣٦- مقدمه في علم الخليه و الجنين، هاني رزق، دانشگاه دمشق، ١٩٨٦ م.

-
- ١٣٧- من أسرار و إعجاز القرآن الكريم، محمد اديب نابلسي، انتشارات دارالصفاء، چاپ اول، ١٩٩٩ م.
- ١٣٨- من علم الطب القرآني، عدنان شريف، دارالعلم للملايين، چاپ اول، ١٩٩٠ م.
- ١٣٩- من علم الفلك القرآني، عدنان شريف، دارالعلم للملايين، چاپ اول، ١٩٩١ م.
- ١٤٠- من علم النفس القرآني، عدنان شريف، دارالعلم للملايين، چاپ اول، ١٩٨٧ م.
- ١٤١- موسوعه الشباب، گروهی از نویسندگان، بنگاه ميديفانت.
- ١٤٢- موسوعه النباتات المفیده، فريد باباعيسي، انتشارات ابن نفيس، چاپ اول، ٢٠٠٢ م، ترجمه ي محمد خير جمعه.
- ١٤٣- موسوعه بهجه المعرفة، بنگاه جهاني چاپ و پخش.
- ١٤٤- موسوعه لايف الأرض، آرثر بيزر، مؤسسه ي تايم، ترجمه ي محمد جمال الدين فندي.
- ١٤٥- موسوعه لايف البحر، لئونارد انجيل، مؤسسه ي تايم، ترجمه ي دكتور عزت خيرى.
- ١٤٦- موسوعه لايف الكون، دافيد برجاميني، مؤسسه ي تايم، ١٩٧١ م، ترجمه ي نزيه حكيم.
- ١٤٧- موسوعه لايف جسم الإنسان، الان أ. نورس، مؤسسه ي تايم، ١٩٦٨ م.
- ١٤٨- مولد طفل، روبرت لافون، بنگاه تراكسيم، ١٩٧٧ م، ترجمه ي محمد نصر.
- ١٤٩- نحل العسل في القرآن و الطب، دكتور محمدعلي بني، مركز الأهرام، چاپ دوم، ١٩٨٧ م.
- ١٥٠- و في الصلاه صحه و وقايه، دكتور فارس علوان، انتشارات دارالسلام (قاهره)، چاپ اول، ١٩٨٩ م.
- ١٥١- معجزه القرآن، محمد مستولي شعراوي، انتشارات المختار الاسلامي، مصر.
- ١٥٢- التوحيد، عبدالمجيد زنداني، انتشارات ميراث فرهنگي، مصر.
- ١٥٣- الإعجاز الطبي في القرآن، سيد جميلي، انتشارات و كتابخانه ي هلال، مصر.
- ١٥٤- الإسلام ملاذ كل المجتمعات الانسانيه، محمدسعيد رمضان بوطي، دارالفكر، دمشق.
- ١٥٥- التمردوا لیس فيه داء، محمد عبدالرحيم، انتشارات اسامه، بيروت.
- ١٥٦- تنبيه العقول الإسلاميه لما في آيات القرآن من العلوم الكونيه، ترجمه ي عبدالرحمن عيسي، محمد نجيب مطيعي.
- ١٥٧- الاشارات العلميه في القرآن.

- ١٥٨- الإسلام و الحقائق العلميه، محمود قاسم، نشر هجرت، مصر.
- ١٥٩- القرآن و علوم العصر الحديثه، ابراهيم فواز عراجي، انتشارات نهضت عربي، مصر.
- ١٦٠- الإسلام يتحدي، وحيدالدين خان، دارالجيل المسلم، مصر.
- ١٦١- الطب محراب الايمان، خالص جليبي، انتشارات نفائس، بيروت.

(٧٣٤/١)
