

اسرار علمی وضو

يا ايّها الذين آمنوا إذا قمتم إلى الصلوة فاغسلوا وجوهكم و ايديكم إلى المرافق و امسحوا برؤوسكم و ارجلكم إلى الكعبين.



يا ايّها الذين آمنوا إذا قمتم إلى الصلوة فاغسلوا وجوهكم و ايديكم إلى المرافق و امسحوا برؤوسكم و ارجلكم إلى الكعبين. ای کسانی که ایمان آورده اید هنگامی که به نماز می ایستید صورت و دست ها را تا آرنج بشویید و سر و پا ها را تا مفصل مسح کنید. المائدة/6

اسرار علمی وضو

باز هم پیشرفت های شایان علمی، از یکی دیگر از جنبه های اعجاز قرآن پرداخته و آن فلسفه ی وضو از نظر علم پزشکی است؛ اگر چه به طور قطع وضو در قوانین اسلامی نوعی عبادت محسوب می شود اما همانند بسیاری از دستورات اسلامی دیگر از قبیل روزه، غسل نماز صبح و ... حاوی نکات طبی فراوانی است .

تعریف وضو

وضو به عنوان یک عبادت در دستو کار مسلمین قرار گرفته و عبارت است از: شستن صورت و دست ها و مسح سر و پا ها با شرایط خاص معنوی که باعث نورانیت فرد می شود.

حکمت های وضو از دیدگاه علم بهداشت**بهداشت پوست**

از این نظر فایده ی وضو کاملاً روشن است چرا که شستن صورت و دست ها آن هم پنج بار یا حداقل سه بار در روز اثرات قابل توجهی در نظافت بدن دارد نکته ی جالب این است که دسته ای از میکروب ها به نام ارگانیسم های بی هوازی روی پوست زندگی می کنند. این میکروب ها در محیط دارای اکسیژن رشد نمی کنند و حتی در بعضی موارد اکسیژن اثر درمانی در سرکوب آن ها دارد همان طور که می بینیم در وضو اندام ها ضمن تماس با آب در معرض اکسیژن هوا نیز قرار می گیرند و این کار مانع رشد میکروب های بی هوازی می شود .

بهداشت گوارشی

یکی از راه های انتقال بیماری عفونی راه مدفوعی دهان است. به عبارت ساده تر همان طور که از نام آن پیداست عوامل عفونی و آلودگی ها پس از دفع مدفوع روی دست باقی می ماند و از طریق دهان وارد بدن می شود و ایجاد بیماری می کند. با وضو می توان از ابتلا به بسیاری از این بیماری ها جلوگیری کرد.

بهداشت اعصاب و روان

برای فهم بهتر اثر مستقیمی که وضو بر اعصاب انسان دارد لازم است ابتدا به شرحی پیرامون فیزیولوژی اعصاب بپردازیم.

نوروفیزیولوژی یا فیزیولوژی سیستم عصبی

یکی از جالب ترین شاخه های فیزیولوژی علم نوروفیزیولوژی است که در واقع به مطالعه ی سیستم عصبی می پردازد سیستم عصبی میلیون ها خبر را از اندام های حسی دریافت و سپس تمام این اطلاعات را جمع میکند تا پاسخ بدن درمقابل آن را تعیین کند. اطلاعات بینایی، چشایی، شنوایی، لامسه و غیره. از راه های حسی وارد مغز می شود هر قسمتی از بدن پیام های خود را به قسمت خاص و مشخصی از قشر خاکستری مغز ارسال می کند .

طبق کشفیات جدید در فیزیولوژی اعصاب، تحریکات حسی میزان هوشیاری انسان را افزایش می دهد و خواب آلودگی و کسالت و گیجی را از بین می برد از طرفی هر چه پیام های حسی بیشتری به مغز ارسال شود اثر هوشیاری کنندگی آن بالاتر می رود و به عبارت ساده تر هر چه سطح بیشتری از قشر حسی مغز (یعنی بخش وسیعتری از ادمک حسی تحریک شود) هوشیاری بیشتری به دست می آید و قدرت توجه و تمرکز انسان بیشتر می شود.

بیشترین مناطقی که فضای حسی را به خود اختصاص داده اند ابتدا لب ها و بعد از آن صورت و انگشت شست و دست قرار دارد . با این توضیحات روشن است که وقتی در جریان وضو داخل دهان، صورت، ساعد ها، کف دست ها و جلوی سر و روی پاهای انسان تحریک شود قسمت اعظم قشر حسی تحریک می شود، یعنی در حالی فقط چیزی که حدود 20 درصد سطح بدن در وضو مرطوب شده است بیش از 80 درصد ادمک حسی تحریک می شود؛ به عبارت دیگر اگر انسان به جای وضو کل بدن خود را می شست (غسل می کرد) چیز زیادی بر تحریک ناشی از وضو افزوده نمی شد و این موضوع واقعاً یک معجزه است ؛ یعنی 20 درصد در

مقابل 80 درصد!

این موضوع را می توان در حدیثی از امام صادق(ع) به طور واضح دید؛ همان طور که می فرمایند :
(من ذکر بسم الله علی وضوئہ فکانما اغسل)
هر کس ذکر خدا را به هنگام وضو بگوید مانند این است که غسل کرده باشد.

منبع کتاب پزشکی های قران کریم