

## Scientific Analysis of Islamic Hadith on Hair Health and its Care

Seyed Hosein Hosini Karnami, Morteza Darabinia\*

Assistant Professor, Department of Islamic Thought, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

**\*Corresponding Author:**

Morteza Darabinia  
Department of Islamic Thought, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

**Email:**

m.darabinia@gmail.com

**Received:** 15 May 2018

**Revised:** 09 Oct 2018

**Accepted:** 15 Oct 2018

### Abstract

One of the medical teachings in Islamic texts is hair care guide. The Islamic scholars and jurists devoted some chapters of their books to the hair and skin disorders followed by treatments. This study presents six important strategies which are of significant importance concerning skin and hair care. The purpose of this study was to identify the dimensions of hair care guidelines and interpretation of Islamic strategies in this regard with an emphasis on medical narrative and concurrent adaption to medical sciences.

The present study was conducted base on a documentary and conceptual analysis design. In this regard, hadiths concerning hair care were extracted from authentic books of hadith, such as al-Kafi, Wasa'il-al-Shi'a, Mustadrak al- Wasa'il. Subsequently, weak narratives and reliable narrations were eliminated and identified, respectively. To this end, the dimensions and different aspects of health care were analyzed.

According to the results obtained from findings on medical hadiths, there are correlations between different aspects of hair care, such as cleaning, taking showers, dressing, shortening the hair, and brushing and general health direction and spiritual interventions.

Islamic approaches to health care can be effective in skin and hair treatments leading to the reduction of medical expenses and the promotion of general health.

**Keywords:** Care, Head hair, Health, Islamic narrations

► **Citation:** Hosini Karnami SH, Darabinia M. Scientific Analysis of Islamic Hadith on Hair Health and its Care. Religion and Health, Autumn & Winter 2018; 6(2): 73-81 (Persian).

## تحلیل علمی راهبردهای حدیثی در مورد بهداشت مو و مراقبت از آن

سید حسین حسینی کارنامی، مرتضی دارابی‌نیا\*

## چکیده

یکی از آموزه‌های طبی در متون اسلامی، رهنمودهای مراقبتی و بهداشتی در مورد موی سر است. محدثان و فقیهان در آثار خود فصولی را به مسائل مربوط به پوست و مو اختصاص داده و به راه‌های درمان آن اشاره نموده‌اند. در این راستا، پژوهش حاضر به شش راهبرد مهم در گستره مراقبت از پوست و مو دست یافت که از اهمیت بالایی در بهداشت و سلامت برخوردار می‌باشند.

پژوهش تحلیلی-اسنادی و مفهومی حاضر با هدف شناسایی ابعاد رهنمودهای مراقبت از بهداشت و سلامت موی سر و استنباط راهبردهای اسلامی در این گستره با تأکید بر آموزه‌های روایی طبی و نیز تقارن و تطبیق با داده‌های علوم پزشکی انجام شد. در این راستا، ابتدا با مراجعه به کتب حدیث معتبر مانند "الکافی، وسائل الشیعه و مستدرک الوسائل" احادیث مربوط به مراقبت از موی سر استخراج شدند. در ادامه پس از حذف روایات ضعیف و کشف روایات صحیح و موثق، ابعاد و محورهای مراقبت از بهداشت و سلامت مو مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌های پژوهشی احادیث طبی نشان می‌دهند که بین محورهای بهداشتی در آداب مراقبت از موی سر همچون نظافت، استحمام، آراستن، کوتاه نگاه‌داشتن، شانه‌زدن و فرق گرفتن با جهت‌گیری سلامت جسمی و مداخلات معنوی همبستگی و ارتباط وجود دارد؛ از این رو استفاده از راهبردهای اسلامی مراقبتی می‌تواند در درمان‌های مرتبط با پوست و مو و در نتیجه کاهش هزینه‌های دارو و درمان و ارتقای سلامت اثرگذار باشد.

واژه‌های کلیدی: بهداشت، روایات اسلامی، مراقبت، موی سر

استادیار، گروه معارف اسلامی  
دانشگاه علوم پزشکی مازندران،  
ساری، ایران

## \* مؤلف مسئول:

مرتضی دارابی‌نیا  
گروه معارف اسلامی، دانشکده  
پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی  
مازندران، ساری

Email:  
m.darabinia@gmail.com

دریافت: ۲۵ اردیبهشت ۱۳۹۷  
اصلاحات: ۱۷ مهر ۱۳۹۷  
پذیرش: ۲۳ مهر ۱۳۹۷

## مقدمه

## ۱. بیان مسأله و پرسش اصلی تحقیق

پرداختن به رشد مو و بهداشت آن در حفظ زیبایی ظاهری از اهمیت به‌سزایی برخوردار است. در آموزه‌های اسلامی نیز به زیبایی به‌صورت عام و به زیبایی مو به‌طور خاص اهمیت داده شده و از آن به‌عنوان یک نعمت و امانت الهی یاد گردیده است. رسول خدا (ص) از دیدن مرد ژولیده‌ای که موی سر نامناسبی داشت، ناراحت شدند و فرمودند: "تمتع و بهره‌وری از زندگی و اظهار نعمت از نشانه‌های دین است و خداوند از چرکین‌بودن و ژولیدگی متنفر می‌باشد" (۱). همچنین از ایشان نقل شده است که فرمودند: "موی زیبا، لباس اهدایی خداوند است؛ آن را گرمی بدارید، موها را بشوید و از پوست مراقبت کنید" (۲).

## ۲. پیشینه پژوهش

محدثان مذاهب مختلف اسلامی فصولی را با عناوین مختلف نقل نموده‌اند (۲، ۵، ۶). هرچند روایات متعددی در مجامع حدیثی به این مقوله اختصاص یافته است؛ اما پژوهشی تحلیلی و مقارنه‌ای در این زمینه انجام نشده و نویسندگان مقاله مستقلی را درباره این موضوع نیافتند.

## ۳. ضرورت و اهمیت پژوهش

با توجه به نقش موی سر در زیبایی انسان، در روایات اسلامی داشتن موی سر امری مستحب و نیکو معرفی شده و به حفظ، بهداشت و مراقبت آن تصریح گردیده است؛ تا جایی که در متون فقهی - حقوقی آمده است که اگر فردی موی سر یا صورت مردی را به‌گونه‌ای که دیگر نروید از بین ببرد و یا موی سر زنی را به‌طوری که رویش مجدد نداشته باشد زایل کند، ضامن بوده و پرداخت دیه کامل (به میزان دیه قتل) بر او واجب می‌گردد (۳، ۴). هدف از پژوهش حاضر این است که دیدگاه اسلام درباره بهداشت آرایش موی سر را روشن گرداند تا جوامع اسلامی در عصر ارتباطات و جهانی‌شدن فرهنگ‌ها ضمن

آگاهی از پیشینه تاریخی خود، براساس هویت دینی خویش تصمیم عملی خود را بر مبنایی صحیح اتخاذ نمایند.

## ۴. مواد و روش‌ها

پژوهش تحلیلی - اسنادی و مفهومی حاضر با هدف شناسایی ابعاد رهنمودهای مراقبت از بهداشت و سلامت موی سر و استنباط راهبردهای اسلامی در این گستره با تأکید بر آموزه‌های روایی طبی و نیز تقارن و تطبیق با داده‌های علوم پزشکی انجام شد. در این راستا، ابتدا با مراجعه به کتب حدیث معتبر مانند "الکافی، وسائل الشیعه و مستدرک الوسائل" احادیث مربوط به مراقبت از موی سر استخراج شدند. در ادامه پس از حذف روایات ضعیف و کشف روایات صحیح و موثق، ابعاد و محورهای مراقبت از بهداشت و سلامت مو مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

## یافته‌ها و بحث

در مجامع روایی اسلام در خصوص مراقبت، بهداشت و تغذیه موی سر، ۶ راهبرد مهم قابل استنباط است. بی‌شک، استفاده از این راهبردها می‌تواند در بهداشت، درمان، زیبایی پوست و مو و کاهش هزینه‌های درمانی و دارویی مؤثر واقع گردد.

## ۱. راهبرد غذایی و تغذیه سالم در بهداشت و

## سلامت مو

یکی از رهنمودهای احادیث طبی در سلامت، توجه‌نمودن به تغذیه طیب است. خداوند در آیات ۴ و ۵ سوره مائده می‌فرماید: "يَسْأَلُونَكَ مَاذَا أَحَلَّ لَهُمْ قُلْ أَحَلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ \* الْيَوْمَ أَحَلَّ لَكُمْ الطَّيِّبَاتُ". غذای طیب به غذایی گفته می‌شود که از مواد پاک و به دور از هرگونه آلودگی تهیه شده و از اشیا نجس و یا متنجس، پاک و موافق طبع سالم انسانی می‌باشد. نقطه مقابل آن خبیث است که طبع آدمی از آن نفرت دارد (۷-۹). در

کارآمدی آن آداب در تمامی اعصار می‌شود. در مورد آداب، آثار و خواص شانه‌زدن مو روایات فراوانی وارد شده است. تنها شیخ حر عاملی در کتاب "وسائل الشیعه" هفت باب از قبیل "بَابُ اسْتِحْبَابِ التَّمَشُّطِ" را گشوده و ۳۰ حدیث در ارتباط با آن آورده است (۲) که محتوای این احادیث را می‌توان به دو بخش کلی تقسیم کرد. بخش اول بازگوکننده اهمیت فضیلت شانه‌زدن بوده و بخش دوم دربردارنده خواص بهداشتی و درمانی شانه‌زدن می‌باشد.

بخش اول شامل روایاتی است که عنوان می‌کنند شانه‌زدن مایه زیبایی و زینت است. امام صادق (ع) در تفسیر آیه سی و یکم سوره اعراف می‌فرماید: "منظور از زینت در اینجا شانه است" (۲، ۱۲). یعنی موهای خود را شانه کنید و با موی آراسته و مرتب به مسجد بروید. پیغمبر (ص) نیز می‌فرماید: "موی زیبا یکی از کسوت‌های الهی است؛ پس آن را گرامی بدارید" (۱۳). علاوه بر این، امام کاظم (ع) فرمودند: "موها را بلند بگذارید که موجب زیبایی است" (۱۳). شیوه پیغمبر (ص) این بود که شانه می‌زد و سرش را مرتب می‌کرد (۱۴). همچنین، ایشان به‌صورت گفتاری نیز مردم را به نظافت و نگهداری مو و شانه‌زدن آن ترغیب می‌کردند و می‌فرمودند: "هرکس موی سر خود را بلند می‌گذارد، آن را خوب نگه دارد یا آن را کوتاه کند" (۵، ۱۳). علاوه بر این، ایشان می‌فرمایند: "موی خوب از پوشش‌های خدا است. آن را گرامی بدارید" (۱۵). همچنین از ایشان نقل شده است که فرمودند: "هرکدام از شما که موی خود را بلند می‌گذارد، آن را گرامی بدارد". پرسیدند: "ای پیامبر خدا! گرامی داشتن آن به چیست؟". فرمود: "آن را هر روز روغن بزند و شانه کند" (۱۵).

در بخش دوم احادیث، پنج خاصیت برای شانه‌زدن موها مانند از بین بردن تب، کاستن بلغم بدن، استحکام بخشیدن به دندان، افزایش نیروی کمر و فروزی رزق و روزی آمده است. در ارتباط با اولین اثر شانه‌کردن موی سر گفته شده است که تب را از بین می‌برد. پیامبر خدا (ص) فرمودند: "فراوان شانه‌زدن موها وبا را از میان

روایات فراوانی به فواید خوراکی‌های خاص در ارتباط با سلامت موی سر اشاره شده است. در دستورات طبی امام رضا (ع) نیز آمده است که شیر برای مو و ناخن مفید می‌باشد (۱۰)؛ زیرا از هر غذای دیگری کلسیم بیشتری داشته و خواب‌آور (منوم) می‌باشد که این به دلیل کلسیم زیاد آن است که موجب آرامش اعصاب می‌شود. از سوی دیگر یکی از میوه‌های تأثیرگذار بر سلامت، تقویت و رشد مو انجیر می‌باشد. در روایتی از امام رضا (ع) آمده است که "انجیر مو را می‌رویانند؛ با وجود انجیر دیگر شما احتیاجی به دارو ندارید" (۲)؛ زیرا انجیر نیروزا، کمک‌کننده به هاضمه، ملین و تسکین‌دهنده تشنگی و حرارت می‌باشد. شفافیت و درخشش مو در تغذیه و روش غذاخوردن درست نهفته است و مراقبت از مو نیازمند رژیم غذایی سالمی است که دارای ویتامین، پروتئین و مواد معدنی باشد. غذاهای غیرسالم و صنعتی اثر منفی خود را به مرور زمان با ریزش مو، سفیدی زودرس و تاسی بر جای می‌گذارند. به‌غیر از ویتامین‌ها عناصر روی، منگنز و مس در رشد مو بسیار مهم هستند. همچنین مصرف آب و مایعات در طول روز، استفاده از غذاها و آش‌های نرم و روان، استفاده از میوه‌ها، تعادل اخلاط و شفاف کردن خون در سال با حجامت از عوامل رشد و سلامت مو به شمار می‌آیند (۱۱). بنابراین، عادت به تغذیه مناسب یکی از راه‌کارهای اسلامی در سلامت مو می‌باشد.

## ۲. راهبرد تزئینی و نقش شانه‌کردن موی سر در سلامت آن

یکی از راه‌کارهای احادیث اسلامی در زمینه رعایت نظافت و بهداشت موی سر، شانه‌زدن و آراسته نگه‌داشتن آن است. هر چند ابزار و وسایل بهداشتی و نظافتی برای شانه‌زدن در این عصر نسبت به گذشته تفاوت‌های قابل توجهی نموده‌اند و غیر از شانه‌های معمولی، ابزارهای فراوان دیگری ابداع شده‌اند که در زمان پیامبر و ائمه (ع) وجود نداشته‌اند؛ اما آداب و روش‌هایی که آن بزرگواران بدان‌ها عمل می‌کردند، حکمت‌هایی دارد که موجب

جریان گردش خون را فعال می‌کند (۱۸). در احادیث اسلامی به کمیت، کیفیت و نحوه شانه‌کردن موی سر اشاراتی شده است. از میان آموزه‌های حدیثی، پنج مؤلفه در کیفیت شانه‌زدن موی سر و صورت استفاده می‌شود که در ادامه بیان شده‌اند.

مورد اول: بهتر است که در حالت نشسته شانه زده شود؛ زیرا در غیر این صورت موجب فقر و ضعف قلب می‌گردد. امام علی (ع) می‌فرماید: "ایستاده شانه‌زدن فقر می‌آورد" (۲). همچنین نقل شده است که هرکس ایستاده شانه بزند، گرفتار قرض می‌شود (۱۳). حضرت موسی بن جعفر (ع) فرمودند: "ایستاده شانه نکن که ضعف قلب می‌آورد و نشسته شانه کن که دل را قوی می‌سازد و پوست را شاداب می‌نماید" (۲، ۱۳). امام صادق (ع) نیز می‌فرماید: "از شانه‌کردن در حمام بپرهیز؛ زیرا وبای مو می‌آورد" (۱۵).

مورد دوم: از شانه‌زدن در حمام نهی شده است. در این زمینه، امام صادق (ع) می‌فرماید: "در حمام شانه نزنید که بیخ مو را سست می‌کند" (۱۳). البته توصیه شده است که موی سر را آب بزنید و شانه کنید؛ چنانچه پیغمبر (ص) موی خود را بیشتر با آب و در حال تر بودن مو شانه می‌کرد (۱۳).

مورد سوم: مناسب‌ترین شانه برای موها، شانه چوبی است که مانند شانه پلاستیکی ایجاد اصطکاک نمی‌کند. در احادیث فراوانی آمده است که با شانه عاج شانه بزنید که وبا را می‌برد (۲، ۱۳). امام صادق (ع) فرمودند: "شانه‌زدن وبا را از بین می‌برد؛ یعنی تب را". همچنین فرمودند: "مانعی ندارد که شانه، سرمه‌دان و روغن‌دان از عاج باشد" (۲، ۶، ۱۳). از امام هادی (ع) نیز نقل شده است که می‌فرماید: "شانه‌کردن با شانه عاج، مو را بر سر می‌رویاند" (۱۵).

مورد چهارم: هنگامی که موی سر یا صورت شانه شد، شانه به سینه کشیده شود؛ زیرا این کار هم شانه را تمیز می‌کند و هم از نظر روانی اندوه را از بین می‌برد. امام صادق (ع) می‌فرماید: "عبودادن شانه بر سینه، اندوه و تب را برطرف می‌سازد" (۲، ۱۳).

می‌برد" (۲). همچنین از امام صادق (ع) نقل شده است که: "شانه سر وبا را می‌برد و شانه صورت دندان‌ها را استحکام می‌بخشد". راوی گوید که از امام پرسیدم وبا چیست؟ فرمود: "تب" (۲، ۶، ۱۳).

دومین اثر شانه‌کردن موی سر، کاهش دادن بلغم و تب بدن است. در این ارتباط امام صادق (ع) می‌فرماید: "شانه‌کردن فراوان از بلغم می‌کاهد" (۲، ۵، ۱۳). همچنین در سخنی دیگر فرمودند: "شانه‌کردن موی سر بلغم را از میان می‌برد، شانه‌زدن ابروها مایه ایمنی از جذام و خوره است و شانه‌کردن رخساره، دندان‌ها را استحکام می‌بخشد" (۱۳). امام باقر (ع) نیز می‌فرماید: "شانه‌کردن موی سر رطوبت را از بین می‌برد" (۲). در تحلیل این دسته از احادیث می‌توان گفت که عامل مهم در تب گرم و تب مطبق، بلغم است و این تب از طریق میکروب بیرون از بدن به بدن سرایت می‌کند؛ زیرا میکروب در هوا معلق بوده و در گام نخست روی موی سر می‌نشیند و سپس از طریق دهان، بینی و چشم وارد بدن می‌شود. شانه‌کردن موی سر نیز گام اول در مبارزه با آن میکروب به شمار می‌آید؛ در نتیجه در پیشگیری از بیماری تب بلغمی مؤثر می‌باشد (۱۶). اثر سوم شانه‌کردن موی سر این است که قدرت جنسی را افزایش می‌دهد (۲، ۱۵). در ارتباط با اثر چهارم نیز باید گفت که رزق انسان را افزایش می‌دهد. امام صادق (ع) می‌فرماید: "شانه‌کردن روزی را به سمت انسان می‌کشاند" (۱۷).

اثر پنجم شانه‌کردن آن است که حافظه را زیاد می‌کند و در درمان آلزایمر و ضعف حافظه مفید می‌باشد. پیامبر اکرم (ص) زیر ریش خود را ۴۰ مرتبه و بالای آن را هفت مرتبه شانه می‌کرد و می‌فرمود: "شانه‌کردن ذهن را می‌افزاید" (۲، ۱۷). ایشان ریش‌های خود را از پایین به بالا چهل مرتبه و از بالا به پایین هفت مرتبه شانه می‌زد و می‌فرمود که این کار حافظه را زیاد می‌کند (۱۳). حکمت شانه‌زدن را علم امروز رمزگشایی کرده و تأیید نموده است؛ زیرا شانه‌زدن موها به تحریک فولیکول‌های مو کمک کرده، گرد و غبار را می‌زداید و

سفید صورت را از بین می‌برد، پوست را بشاش می‌کند، بنیایی را می‌افزاید و موجب افزایش قوه مرد شده و وی را از شبیه شدن به زن خارج می‌سازد. پیامبر (ص) به مردی فرمودند: "موی سر خود را کوتاه کن؛ زیرا این کار بر زیبایی تو می‌افزاید". همچنین، در حدیثی از امام باقر (ع) نقل شده است که این کار بر نظافت و پاکیزگی مرد می‌افزاید (۶).

بررسی متون روایی بیانگر آن است که اسلام ضمن اهتمام به زیبایی و نظافت، به حفظ کرامت انسانی نیز توجه دارد؛ از این رو بهترین مدل اصلاح موی سر را مدل ساده آن می‌داند. در مجامع حدیثی ابوابی از قبیل "کَرَاهِيَةُ الْقَنَازِعِ" (۲، ۵) وجود دارد. مضامین برخی از روایات گویای آن هستند که هنگام پیرایش سر کودک باید تمام سر تراشیده شود و تراشیدن بخشی از سر کراهت دارد. همچنین بیان شده است که هنگام اصلاح موی سر ابتدا جلوی سر، سپس بخش پشت گوش‌ها و آنگاه پشت گردن اصلاح گردد و هنگام تراشیدن سر این ذکر خوانده شود: "بِسْمِ اللَّهِ وَ عَلَى مِلَّةِ إِبْرَاهِيمَ وَ سَنَةِ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ" (ص) حَنِيفًا مُسْلِمًا وَ مَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ" و آنگاه برای برکت و نورانیت مو دعا گردد (۲۱).

هرچند کوتاه کردن موی سر اثری در تسریع رشد مو ندارد؛ اما کوتاه کردن انتهای ناسالم مو در برگشت آن به حالت اولیه و طبیعی خود کمک کرده و پس از مدت کوتاهی به نظر می‌رسد که موها رشد بیشتری داشته و زودتر بلند شده‌اند. همین امر دلیل کوتاه کردن مو را توجیه می‌کند. کوتاه کردن مو تنها راه خلاص شدن از موهای خشک، دوشاخه و دارای موخوره می‌باشد. در توحید مفضل، امام صادق (ع) مو و ناخن را یکی از منافذ ورود بیماری به بدن دانسته و ضمن اشاره به حسن تدبیر و حکمت خداوند در فواید آفرینش مو و ناخن که فاقد حس درد به هنگام کوتاه کردن است، در پاسخ به این پرسش که چرا خداوند در آن‌ها رشد قرار داد تا انسان مجبور به اصلاح و کوتاه کردن آن‌ها باشد فرمود: "خداوند متعال در این کار نعمت‌هایی نهاده است که آدمی از آن‌ها آگاه نیست تا سپاس گوید. آگاه

مورد پنجم: خواندن دعا و ذکر هنگام شانه کردن مو وارد شده است. امام صادق (ع) می‌فرماید: "چون یکی از شما بخواهد موی خود را شانه بزند، در حالت نشسته شانه را به دست راست بگیرد و آن را بر جلوی سر بگذارد و اول جلوی سر را شانه کند". از نظر معنوی نیز شانه زدن موجب از بین رفتن فقر می‌شود. امام صادق (ع) فرمودند: "شانه زدن مو، فقر را از بین می‌برد و درد را زایل می‌کند" (۱۳).

### ۳. راهبرد پیرایش مو و نقش کوتاه کردن موی سر در سلامت

در احادیث فراوانی از استحسان حلق (تراشیدن موی سر) و کوتاه کردن آن یاد شده است که در اینجا به برخی از آن‌ها اشاره می‌کنیم. امام رضا (ع) می‌فرماید: "از سنت‌های پیامبران عطر زدن و کوتاه کردن مو است" (۱۵). این پندار که حضرت محمد (ص) سر خویش را نمی‌تراشید و گیسو داشت، گفتاری ناصواب است؛ زیرا تنها در یک سال که حضرت قصد حج کردند، از آنجایی که بلند نگه داشتن موی سر از اول ماه ذی‌القعدة برای حج گزار مستحب است (۱۹)، موی سر خود را رها ساختند و در آن زمان موی ایشان بلند شد تا به نرمه گوش رسید؛ اما پیش و پس از آن زمان همیشه موی سر خود را کوتاه نگه می‌داشتند (۲۰). البته یکی از مناسک حج، حلق می‌باشد. هنگام انجام اعمال عمره، کوتاه کردن مو و در هنگام اعمال حج، حلق موی سر واجب است (۴). ابن سنان روایت می‌کند که: "به امام صادق (ع) گفتم درباره بلند کردن مو چه می‌فرمایید؟ فرمودند: یاران محمد (ص) موهای خود را کوتاه می‌کردند" (۲).

در احادیث فراوانی به استحسان حلق و کوتاه کردن موی سر اشاره شده است (۱۳). این توصیه روایی نیز دارای حکمت می‌باشد؛ زیرا کوتاه کردن موی سر متضمن آثار و خواص بهداشتی و درمانی است. روایت شده است که در تراشیدن سر ۱۰ ویژگی نیک وجود دارد (۲۱)؛ چهره را زیبا می‌کند، رخ را نمایان می‌سازد، لک‌های

مو نسبت داده می‌شود، به معنای شانه‌زدن و منظم کردن موها از یکدیگر می‌باشد تا بدین‌وسیله میان موها به‌طور منظم جدایی بیاندازد. بر این اساس، این روایت در مقام بیان بهداشت و نظافت و مراقبت از موی سر است (۲۴).

به اعتقاد نگارندگان، این نظر در باب حدیث‌شناختی موی سر ناصواب می‌باشد؛ زیرا آنچه که از ظاهر روایات این باب به دست می‌آید آن است که مراد از فرق بازکردن همان جداسازی موی جلوی سر است؛ زیرا محدثان بزرگی همچون شیخ حر عاملی دو باب جداگانه "بابُ اسْتِحْبَابِ التَّمَشُّطِ" (۲) برای شانه‌کردن و "بابُ اسْتِحْبَابِ فَرْقِ شَعْرِ الرَّأْسِ إِذَا طَالَ" (۲) برای فرق‌گرفتن را گشوده و روایات مرتبط به آن و استنباط فقهی خویش را بازگو کرده است. این تعدد ابواب و محتوای احادیث مربوط به آن می‌رساند که فرق بازکردن غیر از شانه‌زدن است.

در هر صورت، فرق‌گشودن آن‌گونه که در گذشته در میان زنان مرسوم بوده و آن‌ها موهای خود را از فرق باز کرده و از دو طرف رها می‌کردند، عملی توصیه‌شده در روایات طبی اسلامی است و کاری علمی و مطابق با آموزه‌های بهداشتی می‌باشد؛ زیرا این عمل باعث حرکت عرق به سمت پایین شده و مانع از تجمع آن در لابه‌لای موها می‌گردد؛ اگرچه این روش در زمان حاضر کمتر مورد توجه است و برخی از افراد موی سر خود را به وسیله ژل و کتیرا جمع می‌کنند و می‌بندند که کشیدن و بستن موها به همراه استفاده از مواد شیمیایی موجب فشار غیرطبیعی بر مو می‌شود.

#### ۵. راهبرد میکروبی‌زدایی و دفن کردن مو

یکی دیگر از آداب اسلامی در مورد موی سر، دفن کردن آن می‌باشد. در روایات متعددی آمده است که مو و ناخن را باید پس از جداکردن دفن نمود. فقهای بزرگ اسلامی همچون شیخ حر عاملی و میرزا حسین نوری براساس روایات به دفن مو و ناخن فتوا داده و آن را عملی مستحب دانسته‌اند (۲،۲۱). در این ارتباط، امام صادق (ع) می‌فرماید: "چون مو و ناخن را می‌چینید، آن را دفن کنید که سنت است" (۲). شیخ صدوق در حدیثی

باش! دردهای بدن با خروج مو از منافذ بدن و با خروج ناخن از سر انگشتان خارج می‌گردند؛ از این رو به انسان فرمان داده شده است تا هر هفته با مالیدن نوره، تراشیدن مو و کوتاه کردن ناخن‌ها به این کار اقدام کند. این کار باعث می‌شود که مو و ناخن با شتاب بیشتری برویند و دردها و بیماری‌ها را سریع‌تر خارج کنند. اگر شخص چنین نکند، رشد آن‌ها کوتاه و اندک می‌شود؛ در نتیجه، دردها در بدن می‌مانند و بیماری‌های مختلف پدید می‌آیند (۲۲). ابن سینا نیز در کتاب قانون یکی از منافذ دفع فضولات و مواد دفعی گوارش را مو و ناخن دانسته و می‌نویسد: "فضولات هضم اول در معده از راه روده‌ها تخلیه می‌گردند. فضولات هضم دوم در کبد، بیشترین آن از راه ادرار و به‌جامانده آن به سمت طحال و زهره تخلیه می‌شود" (۲۳). ممکن است همین فلسفه موجب شده باشد که در شریعت اسلام، تراشیدن موی سر عملی مستحب و سنت در نظر گرفته شود و بلندکردن آن عملی مکروه تلقی گردد (۲،۲۱).

#### ۴. راهبرد آرایشی - بهداشتی در فرق‌گرفتن موی بلند سر

در روایات اسلامی فرق بازکردن موی سر به‌عنوان یک امر مستحب فقهی و یک راهبرد نظافتی تلقی شده است. چنانچه از امام صادق (ع) سؤال شد که اگر مردی موی فراوان و بلند داشته باشد که بر سر جمع شود یا از گوش‌ها پایین‌تر آمده و یا تا نرمه گوش رسیده باشد، آیا میان موها فرق باز کند یا آن‌ها را واگذارد؟ فرمودند: "فرق باز کند" (۲).

به نظر می‌رسد که از نظر رتبه، تقدم با کوتاه نگه‌داشتن موی سر است؛ زیرا آنچه که از سیره پیامبر (ص) مسلم می‌باشد، آن است که آن جناب موی سر خود را آن قدر بلند نمی‌کرد تا فرق باز کند (۲،۶). برخی بر این باور هستند که منظور از فرق در این روایات، شانه‌زدن و مرتب‌کردن موی سر است و نه فرق بازکردن؛ زیرا "فرق" در لغت به معنای جدایی‌افکندن و فاصله‌انداختن میان اجزای یک چیز می‌باشد و وقتی به

جدید تطبیق داد. در حقیقت، پژوهش حاضر دیدگاه اسلام درباره بهداشت موی سر را روشن کرد تا افراد جامعه از آگاهی لازم در این زمینه برخوردار باشند و تصمیم عملی خود را بر مبنای صحیحی اتخاذ نمایند.

راهبرد میکروزدایی و دفن کردن موی یکی دیگر از آداب اسلامی در مورد موی سر است. این دستور استحبابی اسلامی نوعی مراقبت از سلامتی انسان، پیشگیری از بیماری‌های مسری، از بین بردن میکروب، جلوگیری از آلوده شدن محیط زندگی و رویکردی دیگر در امر نظافت محسوب می‌شود. استفاده از راهبردهای مطرح شده در این مطالعه در مداخلات معنوی موجب شادابی گشته و قادر خواهد بود که استرس روزانه وارد شده بر انسان را برطرف نماید؛ از این رو استفاده از این آموزه‌ها می‌تواند در جهت ارتقای سلامت در جوامع مسلمان، درمان پوست و مو و کاهش هزینه‌های درمانی و دارویی مؤثر واقع شود.

### پیشنهادات

مناسب خواهد بود که راهکارهای عملی اعم از ترویج و تبلیغ در جهت به‌کاربردن مداخلات مراقبتی و بهداشتی برای نگهداشتن و حفاظت از موی سر همان‌طور که در متون اسلامی بر آن تأکید شده است، تهیه و تنظیم گردد.

### حمایت مالی

مطالعه حاضر بدون حمایت از سوی مؤسسه‌ای خاص انجام شده است.

### ملاحظات اخلاقی

نویسندگان این مقاله حداکثر تلاش خود را برای رعایت اخلاق در پژوهش اعمال نموده‌اند.

### تضاد منافع

انجام این مطالعه تعارضی با منافع افراد حقیقی یا حقوقی ندارد.

از پیامبر (ص) نقل کرده است که فرمودند: "ما به دفن چهار چیز فرمان یافتیم: مو، دندان، ناخن و خون" (۲). در حدیث دیگری بیان شده است که پیامبر خدا به دفن هفت چیز از انسان امر می‌فرمودند؛ مو، ناخن، خون، حیض، جفت جنین، دندان و خون بسته (۲). بی‌شک این دستور استحبابی اسلامی نوعی مراقبت از سلامتی انسان، پیشگیری از بیماری‌های مسری، از بین بردن میکروب، جلوگیری از آلوده شدن محیط زندگی و رویکردی دیگر در امر نظافت به شمار می‌آید.

### ۶. راهبرد تنظیفی و نقش شستشو در سلامت موی سر

از مهم‌ترین رهیافت‌ها در مراقبت از بهداشت مو، شستشو و نظافت صحیح آن است. در احادیث اسلامی به چگونگی شستن موی سر و مواد شوینده مو توجه شده و به شستن موی سر با حنا، سدر، ختمی و کتم (که به آن وسمه یا برگ حنا نیز گفته می‌شود و برای شستشو و نیز رنگ‌دهی موی سر به کار می‌رود) بسیار سفارش شده است. این شستشو دارای آثار بهداشتی و طبی فراوانی می‌باشد که به جهت اهمیت موضوع و گستردگی آن در پژوهشی مستقل با عنوان "مطالعه تطبیقی و مقارنه‌ای احادیث طبی در راهبرد تنظیفی بهداشت و سلامت موی سر" توسط همین پژوهشگران تحریر شده است.

### نتیجه‌گیری

هرچند تاکنون مطالعات متعددی در ارتباط با کنکاش در برخی از الگوهای اسلامی در مورد به‌کاربردن راهبردهای غذایی و درمانی برگرفته از آیات و روایات صورت پذیرفته است (۲۸-۲۵)؛ اما پژوهش حاضر به‌طور جداگانه بر شناسایی ابعاد آموزه‌های روایات طب اسلامی در گستره مراقبت از موی سر تمرکز داشت و شش راهبرد را در ارتباط با بهداشت و سلامت موی سر انسان ارائه کرد و پس از حذف روایات ضعیف و کشف روایات صحیح و موثق، ابعاد و محورهای مراقبت، بهداشت و سلامت موی سر را مورد تجزیه و تحلیل قرار داد. آنگاه با استفاده از روش مقارنه، آن آموزه‌ها را با داده‌های پزشکی



## تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از تمامی افرادی که در معرفی منابع و فراهم‌نمودن آن‌ها به پژوهشگران کمک نمودند و نیز

افرادی که با راهنمایی‌های علمی خود نویسندگان را یاری رساندند، تشکر و قدردانی می‌شود.

## References

1. Tabande A, Nahj al-Fahda. Tehran: Javidan Publications Office; 2015. Hadith No. 1131, 5554. (Persian)
2. Horre Ameli M. Tafsil Vasael Al-Shi'a'a. Qom: Al-Al-Bait Institute; 1988. P. 943.
3. Biarjomandy KY. Madarekal-orve. Najaf: Al-Nu'man Press; 1986. P. 144.
4. Tusi MH. Tahzib al-Akkam. Tehran: Dar Al-Kabul El-Islamiyah; 1986. P. 250. (Persian)
5. Kolleiny MY. Al-kafi. Tehran: Farhang-E-Eslami; 1987. P. 438. (Persian)
6. Saduq MA. Man la yehzayar al-fakheh. Research by Ali Akbar Ghaffari. Qom: Islamic Publications Office; 1992. P. 120.
7. Holy Quran. Trans: Makarem Shirazi N. Qom: Amir Al-Momenin Press; 2000. (Persian)
8. Tabatabaei SM. Al-Mizan. Qom: Islamic Publications Office; 1996. P. 202.
9. Makaram SN. Tafsire Nemone. Tehran: Islamic Republic of Iran; 1996. P. 272. (Persian)
10. Al-Dhahabiah AR. Teb Al-Reza (medicine and health). Trans: Sadeqi A, Maraji N. Tehran: Meraj Press; 2002. P. 143. (Persian)
11. Healthy living in the light of Quranic medicine. Fars News. Available at: URL: <http://www.farsnews.com>; 2017. (Persian)
12. Saduq MA. Al-khesal. Trans: Kemerei K. Tehran: Farhang-E-Eslami; 1998. P. 244. (Persian)
13. Tabarsi HF. Makerm al-akhlaq. Trans: Mirbagheri SM. Tehran: Farahani Publication; 1987. P. 137-70. (Persian)
14. Majlesi MB. Helliyat-olmottaqin. Dar Adabva Sonan-e Eslamiva Akhlaqva Dasturat-e Shar'e Motahhar-e Nabavi. Qom: Islamic Conduct; 2000. P. 75.
15. Rey Shahri M. The encyclopedia of medical hadiths. Trans: Saberi H. 3<sup>rd</sup> ed. Qom: Dar Al-Hadith Publications; 2006. P. 528-49.
16. Hair and Body Hygiene. Eslamteb. Available at: URL: <http://www.eslamteb.com>; 2017. (Persian)
17. Sadouq MA. Hasal. Trans: Jafari N. Qom: Kowsar Publications; 2004. P. 391 (Persian).
18. Darrigl JL. Hair health & beauty. Tehran: Time Publishing; 1995. (Persian)
19. Tusi AJ. Al-estebarsar. Tehran: Dar Al-Kotob Eslami; 2012. P. 160.
20. Karim KI. Resale Dallakie. Tehran: Iran University of Medical Sciences; 2008. P. 27-8.
21. Nouri MH. Mustardak Al-Wasel. Qom: Ahl-Al-Bait Institute; 1987. P. 400-12.
22. Moffazal T. The wonders of creation. Trans: Najaf AM. Qom: Hijra Publishing House; 1998. P. 66. (Persian)
23. Ibn Sina H. The law in medicine. Trans: Masoudi AR. Kashan: Mursal Publication; 2008. P. 319. (Persian)
24. Vaseti SM. Taj Al-Uros. India: Dar Sader; 2011. P. 391-2.
25. Fakhar M, Darabinia M, Montazeri M. Some Islamic pattern in relation to food and water hygiene. The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication. 2016; 6:2104-8.
26. Darabinia M, Gorji AM, Chabra A. Medicinal properties of pomegranate in Quran and Islamic Traditions (Hadith). International Journal of Humanities and Cultural Studies. 2016; 1(1):1591-601.
27. Fakhar M, Montazeri M, Darabinia M, Banimostafavi ES, Rafiei A. An overview on therapeutic effects of garlic and onion in traditional medicine and Islamic narrations. Journal of Religion and Health. 2017; 5(1):70-81.
28. Marzband R, Moallemi M, Darabinia M. Spiritual nutrition from the Islamic point of view. Journal of Islamic Studies. 2017; 5(2):33-9.