

سلامت معنوی و دیدگاهها

سید مهدی اصفهانی^۱

چکیده

اینکه منظور از جنبه معنوی سلامت چیست؟ و اینکه سلامت معنوی به چه معناست، موضوعی است که جای بحث جدی دارد و شاید رسیدن به تعریف مشترک و مورد قبول همگان، کاری دست نیافتنی یا بعید و دشوار باشد. می‌توان معنویت را از دو دیدگاه یکی نگاه عمومی و متمایل به لائیسزم و دیگری نگاه مکاتب الهی تشریح نمود. وقتی به روح با تعبیر قرآنی آن توجه می‌شود شکاف عمیقی میان نگرش لائیسزم از مفهوم معنویت و نگرش الهی - اسلامی می‌توان مشاهده نمود. به استناد مطالعات وسیع انجام شده، اینک دوران سازش و تعامل فعال دو حوزه دین و معنویت از یک سو و علوم انسانی و سلامت از دیگر سو است. به گمان ما، پیروان همه ادیان الهی علیرغم تحریف‌های بسیار، عموماً، می‌توانند در قالبی که در این مقاله ارائه شده به تعریف تقریباً یکسانی از سلامت، ابعاد معنوی سلامت و سلامت معنوی نزدیک شوند، تعریفی که لائیک‌ها هم می‌توانند با پرهیز از روحیه انکار و تعصب لااقل در حدّ یک نظریه قابل بررسی با آن روبه‌رو گردند.

واژگان کلیدی

دین، سلامت، سلامت معنوی، معنویت، نهادینه‌سازی.

۱. متخصص تغذیه و استاد دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران (نویسنده)

Email: markazqt@yahoo.com

(مسئول)

سلامت معنوی و دیدگاه‌ها

اگرچه از دیرباز، در فرهنگ‌ها، زمان‌ها و سرزمین‌های مختلف، تعاریف گوناگون و غالباً به هم نزدیکی از سلامت بیان شده است؛ تعریفی که سازمان جهانی بهداشت در ماده ۲ اساسنامه خود از سلامت ارائه نموده است دست کم حدود پنجاه سال تقریباً به‌عنوان تعریف بلامنازع مورد پذیرش اکثر جوامع علمی و نظام‌های حکومتی بوده است، اما اینکه بالاخره منظور از جنبه معنوی سلامت چیست؟ و اینکه سلامت معنوی به چه معناست، موضوعی است که جای بحث جدی دارد و شاید رسیدن به تعریف مشترک و مورد قبول همگان، کاری دست نیافتنی یا بعید و دشوار باشد. البته به نظر می‌رسد با توافق بر سر برخی تعاریف پایه‌ای و بنیادی، حتی اگر دستیابی به تعریف مشترک مقبول میسر نشود، همین کار زمینه‌ساز برنامه‌ریزی‌های بازنگری شده در زمینه تأمین، حفظ و ارتقای سلامت در جوامع مختلف به‌ویژه نزد جوامع معتقد به وجود پروردگار و قدرت و حکمت او خواهد بود.

اگر به دور از یک‌سونگری و اندیشه ناصواب و ناتوان در تعریف تطهیر یافته‌ای از سلامت تأمل کنیم که نیاز معنوی و روحی آدمی در آن مورد توجه قرار گرفته است، تردیدی باقی نمی‌ماند که می‌توان سلامت معنوی و روحانی را نزد آحاد مردم کوچه و بازار به‌عنوان یک عامل بسیار مهم و تأثیرگذار مورد توجه قرار داد و همزمان با ارائه خدمات بهداشتی در هر سطحی از سطوح مختلف نظام ملی عرضه خدمات بهداشتی درمانی، به این مقوله بسیار مهم عنایت خاصی داشت.

برای اینکه درباره سلامت معنوی قضاوتی صحیح داشته باشیم باید مفهوم معنویت را بکاویم و مقصود از آن را به درستی و روشنی تبیین کنیم. متأسفانه در این مورد نیز مانند سایر مباحث مشابه، نویسندگانی که به اظهار نظر می‌پردازند

اغلب تصویر شفافی از مفهوم معنویت ارائه نمی‌کنند و در نتیجه، گفتگوها و مجادلات در فضایی از ابهام انجام می‌گیرد. در بحث از معنویت، باید به پرسش‌هایی از این قبیل پاسخ گفت: منظور ما از معنویت چیست؟ آیا معنویت چیزی کاملاً جدای از جهان طبیعی است؟ رابطه معنویت با دین چیست؟ رابطه معنویت با اخلاق و ارزش‌ها چیست؟ و بالاخره رابطه معنویت با سلامت چگونه ترسیم می‌شود؟ در این مقاله در صدد پاسخ به چنین سؤالاتی هستیم.

دیدگاه‌های کلی معنویت

با توجه مطالبی که در باب معنویت در منابع مختلف می‌توان یافت شاید بتوان معنویت را از دو دیدگاه، یکی نگاه عمومی و متمایل به لائیسزم و دیگری نگاه مکاتب الهی، به‌طور خلاصه و فهرست‌وار بصورت زیر معرفی نمود:

الف - از نگاه عمومی و جهانی

- هدفمندی در زندگی
- تجربه ارتقاء و تعالی
- نمود اجتماعی
- پایبندی به بایسته‌های (کدهای) تعریف شده اخلاقی.

ب - از دیدگاه مکاتب الهی

- خداشناسی، خداجویی و خدامحوری
- شناخت هدف خلقت و زندگی
- تلاش در جهت تکامل معنوی و خودسازی

- توکل (شناخت خدا به عنوان قدرت و حکمت مطلق، انجام وظایف فردی و در عین حال همواره خدا را در جایگاه خدایی و بی‌نهایت دیدن).

مفهوم و تعریف سلامت

نگاهی به این تعاریف، می‌تواند به گونه‌ای از سیر تکاملی برداشت از کلمه سلامت و به‌هرحال دیدگاه‌های مختلفی که در طول قرن‌ها وجود داشته است حکایت کند. بقراط تعادل میان اخلاط اربعه (بلغم، صفرا، سودا و دم)، خلاف او نیز گاهی همانند او و گاهی نیز به تعادل میان کیفیات فاعله و منفعله (گرمی، سردی، خشکی و تری) تأکید کرده‌اند. تکامل این تعریف در دیدگاه ابن سینا تحت عنوان «تعادل کار اعضاء و اندام‌ها» فراتر از ماده و کیفیات آن به نقش آن در وظایف اعضاء و فونکسیون‌ها اشاره دارد. همین بیان را در تعریف ابن نفیس از سلامت این گونه می‌خوانیم «الصحة حال البدن تتم بها الافعال التي في المجري الطبيعي» که شاید با توجه به کلمه «تتم» بتوان کمال یافتن افعال و فونکسیون‌های بدن (اعم از جسمی و روانی) را فراتر از اعتدال استنباط کرد. همو در تعریف سلامت و بیماری می‌گوید: «الصحة و هي هيئة بدنية تكون الافعال بها، لذاتها سليمة و المرض هيئة مضادة لذلك، که حاکی از جنبه وجودی سلامت و عدمی بیماری است.

نکته قابل ذکر دیگر، همین موضوع اعتدالی است که در تمام تعاریف ذکر شده به‌صورت صریح یا مستتر ملاحظه می‌شود، ابن سینا در این خصوص اشاره به نکته ظریفی دارد: «الاعتدال الذي للانسان له عرض و له في الافراط و التفریط حدان» که در این بیان اعتدال در قالب یک دامنه تغییرات و نه در یک نقطه یا مقطع کاملاً مشخص توضیح داده می‌شود، دامنه تغییراتی که ممکن است برحسب زمان،

مکان و شرایط دیگر در محدوده‌ای میان بیش و کم (افراط و تفریط) بر تعریف سلامت و مصادیق عملی آن اثر بگذارد (اصفهانی، ۱۳۸۶ش). با چنین نگاهی تعریف علی بن عباس مجوسی اهوازی صاحب کتاب گرانقدر کامل الصناعة الطبية در این عبارت کوتاه: «والصحة اعتدال البدن» قابل توضیح است (همان). جالب اینکه همین توجه به دامنه تغییرات را در این دستورالعمل دانشمندان یاد شده با تکیه بر عادات به عنوان طبیعت ثانویه انسان و ضرورت لحاظ کردن آن در خدمات بهداشتی و درمانی می‌توان به صراحت دریافت: «ینبغی ان یستعان فی سائر ابواب حفظ الصحة بالنظر فی العادات... لانها اذا طالت مدتها صارت کالشیئی الطبیعی» (اصفهانی، ۱۳۸۹ش).

ذکر مطالب پیش گفته به خاطر بیان جنبه‌های مورد توجه دانشمندان ما از قرن‌ها پیش تاکنون بود، جنبه‌هایی که هنوز شاید لازم باشد به هنگام بازنگری در تعاریف متداول و پذیرفته شده زمان ما از آنها الهام گرفته شود. وقتی به روح با تعبیر قرآنی آن توجه می‌شود شکاف عمیقی میان نگرش لائیسم از مفهوم معنویت و نگرش الهی - اسلامی می‌توان مشاهده نمود.

بهداشت به چه معناست؟

گرچه در سال‌های اخیر به گونه‌ای افراط‌آمیز، با به کار گرفتن کلمه سلامت یا Health تا حد امکان از به کارگیری منطقی کلمه زیبا و رسای بهداشت (در حالت بهی نگه داشتن) پرهیز می‌شود اما حقیقت این است که بهداشت معادل سلامت نیست بلکه تأمین سلامت، حفظ و ارتقاء آن را بهداشت یا حفظ الحصه می‌دانیم.

جا دارد یک‌بار دیگر تعریف سلامت از دیدگاه سازمان جهانی بهداشت را با عنوان محدوده هماهنگ با نظام اعتقادی بازنگری و محدودتر سازیم و طبعاً

بهداشت نیز با درنظر داشتن چنین تعریفی از سلامت بازنگری می‌گردد (اصفهانی، ۱۳۸۸).

شواهد بسیاری در آموزه‌های دینی و روایات طبی و نیز یافته‌های حکمای دوران تمدن اسلامی و طب سنتی وجود دارد که حاکی از تأثیر اندام‌ها، دستگاه‌ها و فونکسیون‌ها بر اندام‌ها، دستگاه‌ها و فونکسیون‌های دیگر می‌باشد. بی‌آنکه به ظاهر با دانش روز بتوان رابطه مستقیمی میان این دو گروه یافت (مثلاً تأثیر بازیابی سلامت دستگاه گوارش بر افزایش قدرت شنوایی و مانند این‌ها)، توضیح قابل ذکر در این مقوله هم ارتباط مستقیم از طریق بافت همبند شکل گرفته از مزدوم هفته سوم جنینی از شیار اولیه *Primitive streak* و توسعه گسترش آن (بافت مزانشیم) و ترجیحاً اتباط غیرمستقیم از تأثیر و تأثر در گذرگاه متابولیک *Metabolic pathway* است. اگرچه درباره نقش عوامل روانی و معنوی در زمان ما توضیحات صریحی وجود دارد یعنی برای آنچه که حکمای ما قرن‌ها پیش از غربیان، این مطالب را در کتاب‌های خود از جمله مباحث مربوط به اعراض نفسانی آورده بودند به تازگی مطالب آنها را با الفاظ دیگر، تکرار می‌کنند اما به نظر می‌رسد توضیحاتی که در اینجا برای این‌گونه تأثیرها و تأثرها آورده‌ایم سودمند باشد.

اصرار ما به ارائه تعریف برای معتقدان و پیروان ادیان الهی بدون دلیل نیست - اگر آنهایی را که هنوز قادر به پذیرش خدا، روح و دین نیستند استشنا کنیم برای اکثریت جمعیت جهان حاضر، درک تأثیر ایمان و اعتقاد دینی بر روح و قوای روحانی و تأثیر قوای روحانی بر طرز تلقی و تفکر و باورداشت‌ها (قوه مفکره و ادراک عقلی) چندان دشوار نیست.

در آموزه‌های اسلامی و نیز در طب سنتی ما اعتقاد به وجود یک نظام هوشمند تحت عنوان قوه مدبره یا طبیعت (شاید با برخی اغماض‌ها و افزودن‌ها معادل مجموعه دو سیستم هومئوستازو آدپتاسیون براساس دانش روز) وجود دارد که بر تنظیم افعال و فرایندها و واکنش‌های درونی احاطه دارد و ضامن تأمین سلامت، دفع بیماری، حمایت از بقای انسان می‌باشد به‌عنوان یک حقیقت محسوس و ملموس می‌تواند چگونگی تأثیر معنویت و اعتقادات دینی را بر سلامت از این مجرا توضیح دهد.

نتیجه

تدوین این مقاله کوششی بود برای تبیین نقش معنویت بر سلامت و توضیحی درباره مفهوم معنویت در سایه اعتقادات دینی و ضرورت نهادینه‌سازی آن در سلامت معنوی و تا حدی لزوم بازنگری در تعاریفی که درباره سلامت به دست ما رسیده است.

به گمان ما مسلمین به‌طور خاص و پیروان همه ادیان الهی علی‌رغم تحریف‌های بسیار، عموماً، می‌توانند در قالبی که در این مقاله ارائه شده به تعریف تقریباً یکسانی از سلامت، ابعاد معنوی سلامت و سلامت معنوی نزدیک شوند. تعریفی که لائیک‌ها هم می‌توانند با پرهیز از روحیه انکار و تعصب لااقل در حد یک نظریه قابل بررسی با آن روبه‌رو گردند.

فهرست منابع

- اصفهانی، محمدمهدی. (۱۳۸۶). مجموعه درسی تدابیر حفظ الصحة، دانشگاه علوم پزشکی تهران، دانشکده طب سنتی.
- اصفهانی، محمدمهدی. (۱۳۸۹). مجموعه درسی تغذیه اختصاصی و غذاهای رژیمی، جلد ۱، دانشگاه علوم پزشکی تهران، دانشکده طب سنتی.
- اصفهانی، محمدمهدی؛ جعفر اسماعیلی، مسعود؛ شکرالهی، ملک آفاق؛ رفیعی فر، شهرام؛ خسروبیگی، محمدرضا؛ هدایی، محمدمهدی. (۱۳۸۸). آئین تندرستی، تهران، تندیس، چاپ نهم.

یادداشت شناسه مؤلف

محمد مهدی اصفهانی: متخصص تغذیه و استاد دانشکده طب سنتی دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران (نویسنده‌ی مسؤل)

نشانی الکترونیک: markazqt@yahoo.com

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۸۹/۷/۲۴

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۸۹/۹/۲۹