

سلامت معنوی اسلامی از دیدگاه مرحوم استاد دکتر محمد مهدی اصفهانی

نویسنده: دکتر سید محسن فروتن^۱

چکیده

زمینه و هدف: سلامت معنوی^۲ به عنوان یکی از ابعاد سلامت و شاید مهمترین بخش آن در کنار ابعاد جسمی، اجتماعی و روانی توسط سازمان بهداشت جهانی تعریف شده است. این مقاله سلامت معنوی را از دیدگاه یکی از استادان علم و اخلاق مرحوم دکتر محمد مهدی اصفهانی (۱۳۹۶-۱۳۲۴) بیان می کند.

یافته ها: در مکاتب غیرالهی انسان موجودی مادی با هویت بیو - سایکو - سوشیال^۳ است که به طور لزوم اعتقاد به خدا، ماوراءالطبیعه و حیات پس از مرگ ندارد و ثواب و عقاب اخروی برای او مطرح نیست و در این مکاتب هدف از زندگی سالم، تأمین نیازهای جسمی، روانی، اجتماعی و ارتقاء کیفیت زندگی مادی است و همه چیز حتی معنویت موردنظر خود را فقط برای زندگی در این دنیای مادی می خواهند ولی مکاتب الهی علاوه بر اینها برای آن دنیا هم فکر می کنند. یعنی تأمین نیازهای معنوی و حرکت به سوی تعالی با بهره گیری شایسته از رفاه جسمی، روانی، اجتماعی و ارتقاء کیفیت زندگی.

نتیجه گیری: در مکاتب الهی انسان موجودی است متألّه، مسئول، غایت مقصود آفرینش، رو به کمال، خداجو، معتقد به حیات پس از مرگ و ثواب و عقاب الهی. او پیرو پیامبران پروردگار و دارای هویت روحانی، جسمانی، روانی و اجتماعی است.^۴

کلیدواژه ها: اسلام، درمان های معنوی، سلامت معنوی

مقدمه

در چهارمین همایش سلامت معنوی سال ۹۵ در قم و همچنین سخنرانی مشروحی با عنوان "طراحی نظام جامع تأمین اجتماعی و سلامت با الهام از رهنمودهای قرآن و عترت" در فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران که حدود ۲ ماه قبل از درگذشت ایشان ایراد شد، پرداخته است (۱، ۲، ۳، ۴، ۵). استاد اصفهانی ریاست

سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد سلامت و شاید مهمترین آن ها، در کنار بعد جسمی، اجتماعی و روانی توسط سازمان بهداشت جهانی تعریف شده است. اما آنچه که مهم است بینش صحیح به معنویت است. مقالات متعددی در خصوص سلامت معنوی به زبان انگلیسی و فارسی وجود دارد که بیشتر، دیدگاه های غربی با تفکر لائیسزم را بیان می کند و کمتر به دیدگاه مکاتب الهی و به ویژه اسلام می پردازد. مقاله حاضر به دیدگاه مرحوم استاد دکتر محمد مهدی اصفهانی (۱۳۹۶-۱۳۲۴) در خصوص سلامت معنوی که برگرفته از نوشته ها، اسلایدها و مجموعه سخنرانی های ایشان از جمله سخنرانی

۱. عضو پیوسته فرهنگستان علوم پزشکی

2. Spiritual Health
3. Bio-psycho-socia
4. Sprito-bio-psycho-social

عرفه می فرماید عَمِيَّتْ عَيْنٌ لَا تَرَاكَ غَلِيْهَا رَقِيْبًا كُورِ بَادِ چشمی که تو را نبیند با آن که تو همیشه مراقب و همنشین بندهات هستی. همچنین قرآن می فرماید إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ^(۶) یعنی اهل علم واقعی در برابر خدا باید خاضع و خاشع باشند.

حیات ماوراءالطبیعه و ملکوتی و روحانی: در این حیطه علاوه بر گیاهان، حیوانات نیز جایی ندارند. اگر برای خوردن و آشامیدن، برای آسایش و لذت بردن رقابتی وجود دارد، رقابتی است که انسان با حیوان دارد که در حیطه حیات حیوانی است. اما حیطه حیات ملکوتی که بخش اصلی حیات انسان به این بخش یعنی به روح انسان وابسته است حیطه‌ای گسترده تا بی‌نهایت است و محدود نیست. فرشتگان خدا هر کدام در محدوده توانایی‌ها و وظایفی که برای ایشان تعریف شده می‌توانند کار کنند. بالاتر از جبرائیل امین فرشته‌ای نداریم که در شب معراج با پیامبر به معراج می‌رود و به جایی می‌رسد که به پیامبر می‌گوید " لو دنوت لاحترقت"^(۷) من اگر یک بند انگشت از این جلوتر بیایم می‌سوزم، اینجا جای من نیست جای شما انسان کامل است.

سلامت معنوی در تعریف سلامت

بسیاری از کتاب‌هایی که در عالم پزشکی و غیر پزشکی نوشته شده، ممکن است توسط کسانی نوشته شده باشد که یکشنبه‌ها به کلیسا می‌روند، اهل توکل و خداشناسی هستند اما در کتاب‌هایشان نامی از خدا و قیامت نیست. وقتی می‌گوییم مکتب لائیک نه اینکه بی‌دین و بی‌مذهب باشند. نه، اینطور نیست. این‌ها افرادی هستند که وقتی از آن‌ها پرسیده شود که هویت انسان چیست؟ می‌گویند هویت انسان Bio Psycho Social (B.S.S) است. یعنی هویت زیستی، روان‌شناختی و اجتماعی دارد. سازمان جهانی بهداشت پیش از این سلامت را اینگونه تعریف کرده بود: سلامت عبارت است از رفاه جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبودن بیماری و معلولیت. در این تعریف، اگر کسی رفاه جسمی، روانی، اجتماعی نداشت از این تعریف حذف می‌شد. سرانجام سازمان بهداشت جهانی بعد از ۵۰ سال (از سال ۱۹۴۸ تا سال ۱۹۹۸) این پنبه را از گوشش درآورد و بعد

مرکز تحقیقات قرآن، حدیث و سلامت دانشگاه علوم پزشکی تهران را برعهده داشت و با توجه به تخصص ایشان در علوم تغذیه و سلامت، و همچنین علوم قرآن و حدیث، با بیانی علمی و شیوا طب اسلامی را ترویج می‌کردند. مرحوم استاد دکتر اصفهانی که عضو افتخاری فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران بودند؛ در فروردین ماه سال ۱۳۹۶ دارفانی را وداع گفتند و به دیدار معبود خود شتافتند.

یافته‌ها

جایگاه انسان در مراتب سه‌گانه حیات

در عالم سه حیطه حیات وجود دارد:

حیات نباتی: در این حیطه انسان، حیوان و گیاه هم حضور دارند. در این حیطه فعل و انفعالاتی در نباتات صورت می‌گیرد که مشابه آن در بدن انسان و حیوان نیز انجام می‌شود. مثلاً یک سلسه اعصاب نباتی وجود دارد که در حیوان و انسان نیز هست.

حیات حیوانی: در این حیطه دیگر نباتات نیستند ولی انسان و حیوان وجود دارد، در بدن حیوانات از نظر ترکیب و از نظر فرآیندهای زیستی اتفاق‌هایی می‌افتد که با انسان تفاوت چندانی ندارند. یعنی اگر در بدن انسان پروتئاز اتصال پپتید را می‌شکند، در بدن دیگر جانوران هم همان اتفاق می‌افتد. یا به‌طورمثال سیکل کربس در بدن انسان ۱۴ مرحله را طی می‌کند تا یک مولکول گلوکز تبدیل به CO₂ و آب شود، در بدن خیلی از حیوانات هم همین اتفاق می‌افتد. در اینجا لازمست به عظمت ذات پروردگار هم اشاره شود. به‌طورمثال یک حیوان، یک موش کم ارزش در روستایی در گابون آفریقا اگر بخواد دم خود را تکان دهد، برای این کار آدنوزین -۳- فسفات بدن او باید به آدنوزین D فسفات تبدیل شود، برای این کار باید از قبل یک مولکول گلوکز در سیکل کربس در ۱۴ مرحله سوزانده شود و برای طی شدن این مراحل ده‌ها آنزیم به‌طور مستقیم و صدها آنزیم به‌طور غیرمستقیم، پشتوانه این فرآیند هستند تا تبدیل به انرژی صورت گیرد و دم موش حرکت کند. این همه مراحل و فعل و انفعالات برای حرکت دادن دم موش لازم است. آنجاست که امام حسین(ع) در خصوص عظمت پروردگار در دعای

معنوی را مطرح کرد. لذا بعد دیگری به نام بعد معنوی به تعریف سلامت اضافه شد. یاد می‌آید در محضر استاد بزرگوار جناب آقای دکتر مرنندی در سال ۱۳۶۸ که کنگره بهداشت نظامی تشکیل شده بود، بنده در خصوص بعد معنوی سلامت سخنرانی کردم. یک عده به من حمله کردند که تو بعد معنوی را که می‌گویی همان است که در ساختار سازمان بهداشت جهانی با عنوان رفاه روانی آمده است. گفتم این آن نیست. البته بعداً هم تجدیدنظر شد و به اینجا رسیدند. در مکاتب لائیک این بعد هیچ ربطی به خداپرستی و روح و آخرت ندارد اما در مکاتب الهی بخش اصلی و ماندگار هویت انسان بخش روح انسان و حیات روحانی است.

سلامت معنوی از دیدگاه مکاتب الهی و غیر الهی

بر اساس روایات اسلامی، خداوند پیش از آفرینش انسان، دائم در حال خلق کردن روح بوده است. غایت مقصود آفرینش، انسان است. در این رابطه یک حدیث قدسی خطاب به انسان می‌فرماید: خَلَقْتُ الْأَشْيَاءَ لِأَجْلِكَ، وَ خَلَقْتُكَ لِأَجْلِي^(۸) یعنی ای انسان، تمام اشیاء را برای تو و تو را برای خود آفریدم. همچنین خداوند در قرآن می‌فرماید: هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ فَسَوَّاهُنَّ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ^(۹) یعنی او خدایی است که همه آنچه را (از نعمتها) در زمین وجود دارد، برای شما آفرید؛ سپس به آسمان پرداخت؛ و آن‌ها را به صورت هفت آسمان مرتب نمود؛ و او به هر چیز آگاه است. از همین جا بحث انسان و کرامت و ضرورت توجه به سلامت جسم و جان انسان مطرح می‌شود. انسان به سوی بی‌نهایت پیش می‌رود و بزرگ‌ترین نیازش هم نیاز به پرستش خداوند متعال است. در مکاتب الهی انسان موجودی است متألّه، مسئول، غایت مقصود آفرینش، رو به کمال، خداجو، معتقد به حیات پس از مرگ و ثواب و عقاب الهی. او پیرو پیامبران پروردگار است و دارای هویت روحانی، جسمانی و روانی و اجتماعی است. انسان می‌تواند خلیفه‌الله باشد، لکن همه انسان‌ها خلیفه‌الله نیستند. انسان زمانی می‌تواند خلیفه‌الله باشد که آنچه خدا خواسته را عمل کند و جانشین خدا روی زمین باشد. لذا برخی از افراد خلیفه‌الله می‌شوند.

در مکاتب غیر الهی انسان موجودی مادی با هویت Bio-psycho-social است که لزوماً اعتقاد به خدا، ماوراءالطبیعه و حیات پس از مرگ ندارد و ثواب و عقاب اخروی برای او مطرح نیست، همه چیز حتی معنویت را فقط برای زندگی در این دنیای مادی می‌خواهد. با اندکی تسامح همه آنچه را که لائیسیم به عنوان معنویت و بعد معنوی سلامت تعریف می‌کند می‌توان در بعد روانی و تا حدودی بعد اجتماعی سلامت، تعریف و تلفیق کرد.

اگر از مکاتب لائیک سوال کنیم که مدت زندگی انسان چقدر است می‌گویند از زمان لقاح تا باز ایستادن قلب و نفس. در صورتی که مکاتب الهی می‌گویند بعد از ایستادن قلب و نفس زندگی پایان نمی‌یابد. حیات دیگری وجود دارد، چون ما معتقد به معاد جسمانی هستیم. معتقدیم که روح، منتظر می‌ماند تا جسم دوباره تجدید شکل پیدا کند و لذا حیات دیگری در کار است.

اگر از مکاتب لائیک بپرسیم هدف از زندگی و نیازهای این انسان چیست؟ می‌گویند: تأمین نیازهای جسمی، روانی، اجتماعی و ارتقاء کیفیت زندگی. بنابراین هر چه می‌خواهند برای همین دنیا است. آن‌ها معنویت را هم برای دنیا می‌خواهند. مکاتب الهی علاوه بر این‌ها برای آن دنیا هم فکر می‌کنند. یعنی تأمین نیازهای معنوی و حرکت به سوی تعالی با بهره‌گیری شایسته از رفاه جسمی، روانی، اجتماعی و ارتقاء کیفیت زندگی.

انسان یک بخش مشترک با حیوانات دارد یک بخش اختصاصی (روح الهی - انسانی) که این روح ترکیبی از طبیعت و ماوراءالطبیعه است. در متون غربی برای روح کلمه spirit استفاده شده است. در طب اسلامی، سنتی و یونانی نیز از روح‌هایی مثل روح حیوانی، روح طبیعی، روح نفسانی استفاده شده که گفته می‌شود این‌ها بخاراتی هستند از اخلاط، حرکت سریع می‌کنند و ربطی به روحی که ما در قرآن و روایات داریم ندارد. مولوی شعر قشنگی دارد: "اشتراک لفظ دائم رهن است" یعنی این که یک کلمه معنی مشترک داشته باشد باعث می‌شود که انسان به مشکل برخورد.

روح الهی انسان این است که وقتی خدا انسان را آفرید فرمود: وقتی از روح خودم در آن دمیدم به آن سجده کنید فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ^(۱۰) در آیات مختلفی از

پنهان‌ترین است و آن نفس مسوله است که در سوره یوسف دوبار اشاره شده و به معنی نفس توجیه‌گر است. بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ^(۱۶) شیطان اعمال مردم را برای آن‌ها خوب جلوه می‌کند.

وقتی خبرنگاری از خلبانی که از بمب باران هیروشیما برگشته بود در مورد احساسش سوال کرد، گفته بود این مأموریت را به خلبان‌های دیگری هم داده بودند ولی من فکر کردم و دیدم درست است که این بمب باران باعث مرگ ۷۰-۸۰ هزار نفر می‌شود ولی در عوض باعث کوتاه شدن جنگ می‌شود و چند میلیون نفر کمتر کشته می‌شوند.

امانت دیگری در جسم انسان است و آن مجموعه سیستم‌هایی است که در طب اسلامی و سنتی ما تحت عنوان طبیعت مدبره یا قوه مدبره می‌نامند. در دانش امروز به آن سیستم همواستاتیس (Hemostasis)، ادپتیشن (Adaptation) و سیستم ایمنی می‌گویند. این سیستم، سیستم هوشمندی است که به تغییراتی که در بدن اتفاق می‌افتد عکس‌العمل نشان می‌دهد و می‌توان آن را هدایت یا تحریک کرد. یعنی می‌شود یک انسان را مثل آیت ا... خوانساری جراحی کرد و بیهوش نکرد.

انسان کرامت ذاتی دارد وَ لَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ^(۱۷) یعنی ارزش دارد ولو این که آدم بی‌سواد یا عقب افتاده‌ای باشد. چنین آدمی اگر به عنوان مریض مراجعه کرد باید برخورد متناسب با کرامت ذاتی با او داشت. لذا توصیه شده در مراجعاتی که به پزشک می‌شود برای پیدا کردن خط مشی، پزشک باید خود را جای مریض و مریض را جای خود بگذارد. یادم می‌آید راننده‌ای در وزارت بهداشت بود. یک روز شرح حال زندگی‌اش را برای من تعریف کرد که قبل از دنیا آمدنش پدرش فوت شده و در سن ۲ یا ۳ سالگی مادرش را از دست داده بود. بنابراین سرپرستیش را به عمه‌اش سپرده بودند و این بچه در سن ۳-۴ سالگی هر روز همراه با پسرعمه خود به محل کاری که یک آپاراتی در خیابان گرگان بود می‌رفت و این بچه در آن جا خیلی اذیت می‌شد. من وقتی خودم را جای او می‌گذاشتم می‌دیدم که چقدر بزرگ بوده است. اگر من جای او بودم شاید یک آدم جانی می‌شدم ولی او خودش را خوب حفظ کرده بود. در باب کرامت ذاتی باید پزشک خودش را جای بیمار و شرایطش بگذارد، در این صورت، مسئله ارتباط بین پزشک و بیمار حل می‌شود.

قرآن این جمله را داریم که خدا از روح خودش به آن دمیده و این جا یک نکته اخلاقی و تأثیرگذار وجود دارد و آن این است که برخلاف نظرات برخی از جامعه‌شناسان که بیان می‌کنند وقتی آدم به دنیا آمد در غار بود و به مرور زمان متمدن شد این‌ها ما نیستیم. احتمالاً بعضی استناد به آیه اول سوره دهر می‌کند که می‌فرماید هل اتی علی الانسان حین من الدهر لم یکن شیئا مذکوراً آیا بر انسان روزگارانی نگذشت که چیز قابل ذکری نبود؟ ما در کتاب آسمانی داریم که خداوند اولین آدم را معلم، معصوم، پیغمبر، حجت خدا و عالم آفرید و وجه امتیاز آن به نسبت بقیه، علمش بود: و علم آدم الأسماء کلها. علم اسماء را آموخت. یکی از نوادگان آدم که لقب ادیس دارد علم پزشکی را تدوین و تدریس کرد. خداوند به داود پیامبر در محراب عبادت، گیاهان دارویی را معرفی کرد. در اوستا آمده که اهورا مزدا ۲۰۰۰ گیاه دارویی را به تریته یاد داد. یعنی بخشی از دانش پزشکی از دانش انبیاء آمده است، بنابراین انسان ترکیبی از طبیعت و ماوراءالطبیعه است.

بعد معنوی و بعد جسمی انسان

خداوند تکامل انسان را تدریجی قرار داده است. هم در بعد جسمی و هم در بعد معنوی إنا هدیناه السبیلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا^(۱۸) خداوند به انسان یک فطرت خداجوی داده است. و دو امانت مهم در وجود انسان یکی در نفس و یکی در جسم انسان به ودیعه گذاشته است. ودیعه‌ای که در نفس انسان قرار داده و برای آن یازده قسم خورده (وَالشَّمْسِ وَضُحِيِّهَا) نفس سوی است. فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا^(۱۹) یعنی فجور و تقوا را به آن الهام کرده و قدرت تشخیص خیر و شر را مادامی که روی این‌ها سرپوش نگذارد یا توجیه بی‌جا نکند، به او داده است.

مراتب نفس در آیات قرآن آمده است:

نفس اماره به سوء إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي^(۲۰)
نفس مطمئننه: يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً^(۲۱)

نفس لوامه: "لَا أَقْسِمُ بِيَوْمِ الْقِيَامَةِ وَلَا أَقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللّٰوَمَةِ"^(۲۲)
قسم به نفس لوامه. نفسی که سرزنش کننده و بازخواست کننده است.

مرتبه دیگری از نفس وجود دارد که خطرناک‌ترین و

رابطه دل و معنویت

رابطه دل به مفهوم قرآنی و روایی آن با آن چه که به عنوان معنویت می‌شناسیم چیست؟ معنویت یعنی سلامت دل. (دل همان ظرفی است که خدایی که در آسمان و زمین جای نمی‌گیرد در آن جای می‌گیرد). معنویت انسان یک زمینه درونی به نام "دل" دارد که به معنای ظرفی است که خدا در آن جای می‌گیرد (ضمیر انسان) و به مفهوم قلب نیست. در حدیثی قدسی خداوند می‌فرماید: "مَا وَسَعَنِي سَمَائِي وَلَا أَرْضِي، وَلَكِنِّي وَسَعَنِي قَلْبُ عَبْدِي الْمُؤْمِنِ" (۱۸) آسمان‌ها و زمین، من خدا را نمی‌توانند در خود جای دهند ولی در دل مومن جا می‌شوم. یک چیزی را بی‌پرده بگویم اگر حکیم ثنایی غزنوی جرأت کرد گفت من هم جرأت کردم و می‌گویم دل ظرف معنویت است. همان دلی که در آیات قرآن و روایات آمده است (فی قلوبهم مرض) (۱۹) و امثال این آیات. حکیم سنایی غزنوی یک شعر قشنگی دارد که می‌گوید:

«دعوی دل مکن که جز غم حق نبود در حریم دل دیار

ده بود آن، نه دل که در آن گاو و خر باشد ضیاع و عقار»

این جا بحثی راجع به قیامت و قلب سلیم است که گذرا به آن اشاره می‌کنیم: اگر کسی در قیامت با قلب سلیم برسد، بارش به مقصد رسیده است. خدا همه را با قلب سلیم آفریده است. پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: «كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَّدُ عَلَيَّ الْفِطْرَةِ» (۲۰) اما این فطرت با بیماری‌های روحی، گناه و شرک منجر به قلب مریض می‌شود که راه حل آن توبه و عمل صالح است تا بتواند بارش را به مقصد برساند. قلبی سلیم است که بتواند حیات طیبه را برای انسان فراهم کند.

قرآن کریم می‌فرماید: «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَ لَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» (۲۱)

اگر انسان عمل صالح انجام دهد، جزای او را به بهترین وجه می‌دهیم و حیات طیبه نصیب او می‌کنیم. این سوال مطرح می‌شود که این حیات طیبه چیست؟ ذیل قلب سلیم است. کسی که حیات طیبه دارد بیم و امید متعادل و توکل دارد. فرموده‌اند که هیچ مؤمنی نیست مگر اینکه بین خوف و رجاست. مهار نگرانی‌ها و اضطراب‌ها پشتوانه‌ای دارد "أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ"

الْقُلُوبُ" (۲۲) امید و اتکا به خدا دارد. اطمینان قلبی به خدا دارد. عفاف و کفاف دارد. پیامبر در دعاهايشان عفاف و کفاف درخواست می‌کند. نمی‌فرماید خدایا پول زیاد به من بده. انسان در حیات طیبه آزادگی و عزت دارد، عبودیت و طهارت جسم و جان دارد. محبت و خیرخواهی به دیگران دارد. نقطه مقابل حیات طیبه، زندگی ضنک است، یعنی کلاف پیچ خورده و مَنْ أُعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا (۲۳) ممکن است انسان همه‌جور امکانات داشته باشد پول دارد، امکانات دارد، ولی انحراف از فطرت پیدا کرده، اهل حرص است، رضایت پایدار ندارد. سقوط اخلاقی پیدا کرده است. در ناکامی‌ها آرامش خاطر ندارد و یک مشکل کوچک او را از پای درمی‌آورد. بدخواه مردم است، حسادت می‌کند، سرسپردگی به شیطان دارد، این است که بار را به مقصد نمی‌رساند. او احساس بی‌پناهی می‌کند در حالیکه فرد دیگری خدا را پشتوانه خود می‌داند، می‌گوید من از خدا هستم و به سوی خدا باز می‌گردم و اگر قرارم به دنیا ماندن بود هستم و گرنه می‌روم. پس اگر چه در دیدگاه جهانی، سلامت معنوی یعنی هدفمندی در زندگی، تجربه تعالی، نمود اجتماعی و اخلاقیات ولی از دیدگاه مکاتب الهی حیطة بزرگ‌تر و والاتری را شامل می‌شود یعنی خداشناسی، خداجویی خدا محوری، شناخت هدف زندگی، تلاش در جهت تکامل معنوی و خودسازی و توکل.

ضرورت توجه به اپی‌ژنتیک در بحث سلامت

یک‌سری قواعد فقهی وجود دارد که پشتوانه سلامت است و هر کدام از این‌ها می‌تواند به کار بیاید. تشریح با فطرت و مسئلت همسو است. غذا معنویت را به انسان تزریق نمی‌کند. خیلی‌ها هستند غذای حلال می‌خورند ولی غذای حلال زمینه‌ساز برای کسی است که برای دستیابی به تقوا اراده می‌کند. برعکس این مسئله هم خیلی جدی است لقمه حرام و مال یتیم خوردن دل را تیره می‌کند. انسان محصول دو عامل است: وراثت و محیط. بحث اصلی این است که قابل تغییر است. خیلی‌ها هستند که ژن معیوب دارند و تا آخر عمر هم متوجه نمی‌شوند که ژن معیوب داشته‌اند. ما در آموزه‌های اسلامی وراثت کروموزومی داریم. ما در بحث آموزه‌های اسلامی کروموبیولوژی داریم و دانش روز، تازه با الفبای این بحث آشنا شده است. دانش روز می‌گوید عوامل

سلامت معنوی و اعتدال

تعاریفی که گذشتگان ما از مفهوم سلامت گفتند عمدتاً اعتدال بوده است. لذا من هم وقتی می‌خواهم در مورد تعاریف سلامت معنوی سخن بگویم، اعتدال را می‌گویم. در فرهنگ‌های گذشته مثلاً بقراط که به‌گونه‌ای احیاگر دانش پزشکی در ۲۵۰۰ سال قبل بوده است، سلامت را تعادل میان اخلاط چهارگانه بیان می‌کند. داستان اخلاط چهارگانه در یک جمله این است: می‌گوید غذایی که انسان می‌خورد وارد معده که شد هضم اول اتفاق می‌افتد. به این کیلوس می‌گویند که باقیمانده آن مدفوع است، بعد به کبد می‌رود و به کیموس تبدیل می‌شود (که باقیمانده آن ادرار است) و سپس به خلط‌های روانی منجر می‌شود که می‌گویند چهارنوع است: دم که این خون معمولی نیست. بلغم، صفرا و سودا که ویژگی‌هایی برای این‌ها قائلند و تظاهراتش را هم می‌گویند. بقراط می‌گوید اگر بین این‌ها تعادل بود این سلامت است. مورد دیگر ارسطوست که می‌گوید سلامت یعنی تعادل بین کیفیات یعنی بین سردی و گرمی، تری و خشکی. دانشمندان دوره اسلامی تعریف را ارتقاء بخشیدند نمونه‌اش علی ابن عباس اهوازی است. علی ابن عباس کسی است که اگر ابن‌سینا نبود هیچ کتابی جای کتاب الصنایع‌الطبییه او را نمی‌گرفت. این بزرگوار شیعه که پزشک عضالدوله دیلمی هم بوده است، می‌گوید: سلامت حالتی است برای بدن، که افعال بدن در مجرای طبیعی انجام شود. به عبارتی فونکسیون‌ها کار خودشان را درست انجام دهند یعنی تعادل کار اعضاء و اندام‌ها. ابن‌نفیس هم شبیه همین را می‌گوید. ابن‌نفیس می‌گوید: اعتدال، ابن‌سینا هم می‌گوید: اعتدال، اما ابن‌سینا یک توضیحی هم راجع به تعادل دارد که می‌گوید اعتدال یک نقطه نیست یک محدوده نیست، یک طیف است. "الاعتدال الذی للانسان له عرضٌ و له فی الافراط و التفريط حدان" (۲۷) انسان سلامت‌ش نوعی اعتدال است. در همه این تعاریف آمده است. دانشمندان اسلامی به جای این‌که صحبت از اخلاط و کیفیات کنند صحبت از اعتدال در فیزیولوژی بدن کرده‌اند مانند ابن‌نفیس. ما یک ملکه اعتدال در فقه و در رفتارشناسی اسلامی نیز داریم. ملکه عدالت (در فقه و آموزه‌های دینی) نیز نوعی اعتدال در اندیشه و رفتار است و ظهور آن پرهیز از کبائر و عدم اصرار به صغائر است.

بیماری‌ها عبارتند از عوامل جسمی، فیزیکی، تغذیه‌ای و امثال این‌ها ولی نمی‌داند که انحراف از فطرت سلیم و گناه، عامل بیماری است و با اعتقاد می‌توان بیماری را به طرف سلامت سوق داد کما این‌که مثال‌های زیادی هم در این خصوص وجود دارد.

در باب پرستش که بنیادی‌ترین نیاز انسان و فطری است، خدا این نیاز را در وجود ما گذاشته است، حتی کسی که بت‌پرستی می‌کند به علت همین نیاز فطری است که در وجود اوست، منتها به بیراهه رفته است. این مسئله را نباید در تعریف‌های سلامت معنوی نادیده گرفت

خداوند در قرآن می‌فرماید: "وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ" (۲۴) آیا خدا ما را مجبور آفریده؟ فرموده که ما راه حق و باطل را به شما یاد دادیم و نشان دادیم: إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا اما یک جایی مجبور و یک جایی آزاد هستیم. عمر ما کوتاه است یا مثلاً روی دو پا راه می‌رویم و نمی‌توانیم پرواز کنیم، این‌ها محدودیت و جبر است. ولی این جبر قابل کمتر کردن و محدود کردن است تفویض هم بی‌حساب نیست. اختیار راه حق و باطل رفتن را داریم.

زمانی در جامعه اسلامی دو تفکر حاکم شد یکی تفکر خلفای غاصب عباسی و اموی بود که همان تفکر اشعری‌گری و جبر‌گری است. می‌گفتند ما خلیفه هستیم و خدا شما را مجبور کرده که از ما اطاعت کنید و این خواست خدا است. یک عده دیگر به نام معتزله بودند که می‌گفتند خدا انسان را آفرید و رها کرد که هر کاری می‌خواهد بکند. وقتی در این خصوص از امام صادق (ع) سوال می‌کنند، می‌فرمایند: "لا جبر و لا تفویض، بل امر بین امرین" (۲۵) یعنی نه جبر مطلق و نه تفویض مطلق، میانه است. ژنتیک تحت تأثیر عوامل محیطی، تظاهرات متفاوتی نشان می‌دهد. خداوند می‌فرماید: قُلْ كُلٌّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ فَرَبُّكُمْ أَعْلَمُ بِمَنْ هُوَ أَهْدَى سَبِيلًا" (۲۶) یعنی: بگو هر کس به حسب ذات خود عملی انجام می‌دهد و خدای شما بر آن کسی که هدایت یافته از همه آگاه‌تر است. یعنی هر کس براساس شاکله خودش عمل می‌کند. شاکله چیست؟ نیت، عمل و تکرار نهادینه شده در انسان. لذا هم باید نیت درست باشد و هم باید تربیت و تمرین‌های انسان درست باشد و در جایگاه خودش قرار گیرد.

که غایت قوت عملی است. و هرگاه متخلّق به اخلاق نفسانی نیز شد پس بما هو انسان موجود شده است نه این که بما هو حیوان موجود باشد چنانکه پیش از این بود. پس هرگاه بما هو انسان موجود شود از وجود مشترک حیوانی بیرون شود پس در باب فرشتگی داخل شده باشد، پس او را غایتی و مطلبی و رای این مرتبه نمانده باشد. پس یهودی بیچاره حیرت بر حیرتش افزود و گفت:

«اللّه اکبر یابن ابی طالب. لقد نطقت بالفلسفة جميعها بهذه الكلمات رضی اللّٰه عنک».

رضایت (همتایی برای تعریف سلامت)

این جا می‌خواهم با استفاده از قرآن یک تعریفی در سلامت بگنجانم. حال چه بپذیرند و چه نپذیرند. در قرآن نقطه کمال و اوج خوشبختی دو کلمه است: رضایت خدا از انسان، رضایت انسان از خدا. رضایت انسان از خدا این نیست که اگر در زندگی فرد، بدبختی وجود دارد در جا بزند بلکه تلاش می‌کند، اما از خدای خودش راضی است. پیغمبر اگر حالش خوب بود از ایشان سؤال می‌کردند حالتان چطور است؟ می‌فرمودند: الحمدالله علی کل نعمه. اگر پیغمبر ناراحتی داشتند می‌فرمودند: الحمدالله علی کل حال. خیلی مهم است. الآن بعضی بزرگان هم می‌بینید در هنگام بیماری می‌پرسند حالتان چطور است؟ می‌گوید: الحمدالله علی کل حال. درد می‌کشد ولی رسیده به آنجا که الحمدالله علی کل نعمه. از آقای دکتر ملک‌افضلی مطلبی را به خاطر دارم که گفتند: من رفته بودم چین که یک کشاورز چینی را دیدم. گفتم بزرگ‌ترین آرزویت چیست؟ گفت من تا حالا ۱۰۰ ین ذخیره کردم ۱۰۰ ین هم تا آخر سال ذخیره می‌کنم. می‌خواهم یک تلویزیون بخرم آن وقت یک آدم خوشبخت می‌شوم. یعنی خوشبختی را همه می‌خواهند ولی تعریف‌هایی که از خوشبختی دارند متفاوت است. یکی می‌گوید خوشبختی یعنی داشتن خانه و زندگی و شغل و یکی چیز دیگر. قرآن را نگاه کنیم. دو کلمه در قرآن چند جا تکرار شده است. قرآن خوشبختی را در دو کلمه معرفی می‌کند یا أَيْتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ أَرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً فَادْخُلِي فِي عِبَادِي وَادْخُلِي جَنَّاتِي^(۲۹) خدا از آن‌ها راضی است آن‌ها هم از خدا راضی‌اند رضی الله عنه و رضی الله عنها.

ملکه عدالت شاخصه انسان متعادل و قابل اعتماد و شایسته احترام در جامعه اسلامی است. یعنی کسانی که به آن‌ها می‌شود اقتدا کرد و شهادتشان را پذیرفت، کسانی هستند که به گناهان کبیره مبادرت نمی‌ورزند و در انجام گناهان صغیره هم مصر نیستند.

سلامت و اعتدال در کلام امیرالمومنین علی (ع): زیربنای تکامل معنوی و سیر الی الله

ملا عبدالرزاق لاهیجی (قرن ۱۲ هجری)، داماد ملاصدرا، باجناق ملا محسن فیض کاشانی کتابی به زبان فارسی به نام سرمایه ایمان نوشته است. او حدیثی را از امام علی (ع) نقل می‌کند. حدیث در پاسخ به عالم یهودی است که بسیار عمیق و آموزنده است و همسو با ضرورت توجه به صحت بدن و اعمال آن به عنوان زیرساختی برای تکامل معنوی است و لذا نقل آن سودمند است^(۲۸). او این‌گونه می‌نویسد که: " یکی از علماء یهود به آن حضرت گذشت در حالتی که با جماعتی از اصحاب تکلم می‌نمود. یهودی از طلاق لسان و فصاحت بیان آن حضرت در حیرت عظیم افتاده، گفت: «لو أنك تعلمت الفلسفة لكان يكون منك شأن من الشأن» یعنی اگر تو علم فلسفه می‌خواندی هر آینه تو را شأنی عظیم می‌بود. آن حضرت فرمود: «ما تعنی بالفلسفة» یعنی مراد تو از فلسفه چیست؟ «أليس من اعتدل طباعه صفا مزاجه. و من صفا مزاجه قوى أثر النفس فيه. و من قوى أثر النفس فيه نما الی ما یرتقيه و من نما الی ما یرتقيه فقد تخلّق بالأخلاق النفسانیة و من تخلّق بالأخلاق النفسانیة فقد صار موجودا بما هو انسان دون أن يكون موجوداً بما هو حیوان فقد دخل فی الباب الملکیّ الصّوری و لیس له غیر هذه الغایة» یعنی آیا این نیست که هر که طبیعتش معتدل باشد، مزاجش صاف است. و هر که مزاجش صاف است، اثر نفس ناطقه در او قوی است. و هر که اثر نفس ناطقه در او قوی است، بر چیزی برآمده است که او را بلند می‌گرداند و مراد از آن چیز علم به حقایق موجودات است که علم فلسفه عبارت از آن است. و مراد از بلند گردانیدن رسانیدن به مرتبه عقل مستفاد است که غایت کمال قوت فطری است و هر که برآمد بر آنچه او را بلند می‌گرداند پس متخلّق به اخلاق نفسانی است و این اشاره به تهذیب اخلاق است

سوال کردم چه خبر؟ گفت این خبر، جدید بود که ما ارتقاء سلامت برای هزاره سوم میلادی را به عنوان یک حرف جدید تصویب کردیم. گفتیم: این حرف که نو نیست. گفت: چطور؟ گفتم شما دعای ۲۳ صحیفه سجاده را ببینید که امام سجاد به پیشگاه پروردگار می‌فرماید "و عافنی عافیة کافیه، شافیة، عالیة، نامیة، تولد فی بدنی العافیة، عافیة الدنیا و الآخرة". خداوند به من سلامت همه‌جانبه، شفاف‌بخش، برتر و رو به فزونی عنایت فرما، آن‌گونه که از آن سلامت دنیا و آخرت فراهم آید. نامیه یعنی Promotion یعنی رو به تزاید. من سلامت رو به تزاید می‌خواهم. سلامتی که از آن سلامت، سلامت دنیا و آخرت متولد شود و این موضوع، همان است که بعد از ۱۴ قرن و به‌عنوان شاه‌بیت (Health Promotion) سرآغاز هزاره سوم میلادی، تحت عنوان اندیشه‌های نوآور جهان علم به یک اشاره جهانی و افتخار‌آمیز مورد توجه بسیار قرار گرفته است. این مطلب را که به این استاد گفتم، ایشان سند را ترجمه کرد و پوستری برای بعضی شرکت‌کنندگان که با آن‌ها ارتباط داشت، درست کرد. پس ما سلامت را در فرهنگ متعالی اسلام، سلامت رو به تزاید می‌بینیم نه سلامت رو به توقف.

تعریف معنویت فقط با پایه‌گذاری بر روی خدامحوری و خداجویی

همان‌طور که ذکر شد در تعریف سلامت معنوی از دیدگاه جهانی آمده: هدفمندی در زندگی، تجربه تعالی، نمود اجتماعی، اخلاقیات. من راجع به اخلاقیات یک نکته‌ای را عرض کنم: یک اصطلاح حقوقی هست در لاتین که ترجمه‌اش این است: هیچ جرمی و هیچ مجازاتی بدون قانون نمی‌شود یعنی اگر قانون گفت این کار غلط است، جرم است. در غیر این صورت جرم نیست. این کدهای اخلاقی هم که به ما ارائه داده‌اند همین‌طور است. من الان بزرگ‌ترین سرمایه اخلاق جهان غرب را در اعلامیه برمونت می‌بینم. اولین اصلش اتونومی است یعنی اصل خود مختاری بیمار. ولی ما می‌دانیم که هیچ با وجدانی خودش را به این اصل نمی‌فروشد. یک جوانی خودکشی کرده است و او را به بیمارستان

امام حسین (ع) وقتی که به قتل‌گاه می‌رود در کمال خشنودی است. این نقطه اوج خوشبختی است. امیرالمومنین در مناجاتی می‌فرماید خدایا تو آنگونه هستی که من دوست دارم مرا آنگونه گردان که تو دوست داری.

آیا ما حق نداریم به جای کلمه رفاه که در سلامت برای ما تعریف کرده‌اند از کلمه رضایت استفاده کنیم. یک خاطره تعریف می‌کنم. در فرهنگستان علوم پزشکی همایش اول سلامت معنوی را که برگزار کردند، من عرائضی کردم یکی از مدیران موفق وزارت بهداشت که بعداً به معاونت هم رسید و عضو فرهنگستان هم هستند، چون در دوران کودکی دچار فلج اطفال شده بود با چرخ حرکت می‌کرد، آمد با عجله جلوی تریبون، جلوی من و با یک حالت تهاجمی به من گفت چرا WHO من را از تعریف سلامت حذف می‌کند. درست است من روی چرخ نشسته‌ام ولی اندازه ۵ تا مرد کار می‌کنم. از زندگی هم راضیم و احساس خوشبختی می‌کنم. ایشان معلولیت دارد ولی رضایت دارد که مهم‌تر است. لذا ما از قرآن الهام بگیریم و رضایت را به جای رفاه جایگزین کنیم. یعنی یک رضایت جسمی روانی اجتماعی در محدوده‌ای هماهنگ با نظام اعتقادی که این مرحله نقطه اوج آن است. رضایت خداوند از انسان آسان است، رضایت انسان هم از خدا می‌تواند آسان باشد معنی‌اش هم درجا زدن نیست. الان برای این که همه چیز ندارم روزگارم را می‌توانم سیاه نکنم. می‌توانم از زندگی لذت ببرم و تلاش کنم که زندگی‌ام را بهتر کنم.

ارتقای سلامت از دیدگاه اسلام

خیلی از تعاریفی که در بحث سلامت معنوی به دنبالش هستیم باید در صحیفه سجاده دنبالش بگردیم. صحیفه سجاده، کتاب جامع سلامت معنوی است. من به خاطر دارم که احتمالاً در اواخر سال ۱۹۹۹ میلادی، اجلاسی در مکزیکوسیتی برگزار شد. وزیر بهداشت کانادا در آن اجلاس سخنرانی کرد که ما به اهداف "بهداشت برای همه تا سال ۲۰۰۰" در خیلی از کشورها نرسیدیم. اما برای هزاره سوم میلادی باید یک حرف تازه‌ای بزنییم و حرف تازه‌ای که ایشان پیشنهاد کردند ارتقاء سلامت^۵ بود. یکی از اسائیدی که در آن کنگره شرکت کرده بود و من از ایشان

5. Health Promotion

پیراپزشک. بازتابش می‌تواند همه جهان را مورد محبت و عنایت قرار دهد. او می‌تواند در خدمات خودش به عنوان آیین‌های که محل بازتاب انوار الهی است به همه بشریت بدون منت خدمت کند و تجلی گاه صفت شفابخشی خدا شود. کتب طبی ما از آغاز تاکنون سراسر خداشناسی و توجه به خدا بود. اخلاق و رفتار زیرمجموعه معنویت است هرکسی بر اساس شاکله خودش عمل می‌کند، شاکله، نیت، رفتار بهینه و نهادینه شده است. یکی از مواردی که عرفای ما در گذشته روی آن تاکید زیاد داشتند لقمه حلال و نقش حلال در معنویت است.

بحث و نتیجه‌گیری

جهان آفرینش، ساخته قدرت خداوند است. خدایی که تکوین را به عهده گرفت. عده‌ای در عرصه پزشکی یک چشمشان را بستند یا یک چشمشان نابینا بود، فقط به تکوین پرداختند و به دانش پزشکی رسیدند ولی عده‌ای دو چشمشان بینا بود، هم تکوین و هم تشریح را دیدند. این‌ها راه خودشان را یافتند.

تقدیر و تشکر

از زحمات تمامی کارکنان فرهنگستان علوم پزشکی از جمله اعضاء گروه علمی سلامت معنوی، دبیر همایش سلامت معنوی و اعضاء روابط عمومی و ارتباطات بین‌الملل تشکر و قدردانی می‌شود.

آوردند. اصل اتونومی می‌گوید او نمی‌خواهد زندگی کند ره‌ایش کنید. اما وجدان و اعتقاد می‌گوید برخلاف اتونومی، پدرگونه عمل کنید (پاترنالیسم). اگر لازم شد دست و پایش را ببندید. دستگاه گوارش را شستشو دهید و بعد او را بیرون بفرستید. خواستم بگویم که بزرگ‌ترین سرمایه‌های اخلاقی جهان جای خدشه دارد. البته ۹۰ و چند درصد مفید است ولی وحی منزل نیست. اما در آموزه‌های الهی این‌طور نیست. اگر چیزی گفته شد تا انتهای آن گفته می‌شود. معنویت انسان بدون پایه‌گذاری روی خدا محوری و خداجویی قابل تعریف و قابل تصور نیست. انسان اهل توکل است، توکل یعنی انسان در مقابل بندگی آنچه توان دارد انجام می‌دهد. کار خدایی را به خدا وا می‌گذارد و کار خودش را گردن خدا نمی‌اندازد.

شفا و معنویت

یک نوع از اسباب شفا، مادی است مانند جراحی، دارو و ... و یک نوع شفا هم عوامل معنوی و روان‌شناختی دارد. طبیب آگاه ما بالای نسخه‌اش می‌نوشت (هوالشافی) در شفایی که اسباب ماوراءالطبیعی دارد، ناامیدی وجود ندارد. در این عالم هیچ چیزی بی‌شعور نیست. تمام ذرات عالم در حد خودشان دارای شعور هستند. شفا بخشی کار خداست و طبیب با تلاش خود زمینه تحقق شفا بدست پروردگار را آماده می‌سازد. پزشک واقعی خدا است و طبیب مظهر رفق و تلاش مهربانانه برای فراهم کردن مقدمات لازم برای شفای بیمار است. اسماء الحسنی الهی به دل انسان‌ها می‌تابد مثلاً به پزشک، پرستار،

منابع

1. Esfahani MM. Companion of the patient. Tehran: Safir Ardehal; 2002. [In Persian]
2. Esfahani MM. health ritual. Tehran: Tandis; 2009. [In Persian]
3. Esfahani S. Spiritual Health and Attitudes. Quarterly Journal of Medical Ethics 2012; 4(14): 42-49. [In Persian]
4. Esfahani MM. Revision of the definition, concept, content and features of Islamic medicine inspired by the guidelines of Imam Ali bin Musa al-Reza, International Festival of Imam Reza (AS). Mashhad; 2013.
5. Majlesi MB. Bihar al-Anwar. Beirut: Al-Wafa Institute; 1988.

Islamic Spiritual Health from the Late Professor Dr. Mohammad Mehdi Esfahani Point of View

Abstract

Spiritual Health is defined as one of the dimensions of health by the World Health Organization and perhaps the most important of them, along with the physical, social and mental dimensions. This article describes spiritual health from the perspective of one of the late professors of science and ethics Dr. Mohammad Mehdi Esfahani (2017-1945). In non-divine schools of thought, man is a creature with a bio-psycho-social identity, which necessarily does not imply belief in God, the supernatural or life after death. However the goal of a healthy life is to provide physical, psychological, social and material needs; and all things, even their defined spirituality, are for life only in the material world, but divine schools of thought also consider for the next world as well in other words, the provision of spiritual needs and the movement towards excellence through the proper utilization of physical, psychological social well-being and the enhancement of the quality of life. In the divine schools of thought, man is a divine, responsible, purposeful creation, fashioned to perfection, who is a believer of life after death and follows the prophets of the Lord and has spiritual, physical, psychological and social identity.

Keywords: Islam, Spiritual Health, Spiritual Therapies