

اهمیت سلامت معنوی در مواجهه با بحران کووید-۱۹ و ضرورت تدوین سند جامع حمایت‌طلبی در این حوزه

محمدحسین تقدیسی^۱، مسعود آذربایجانی^۲، مریم خیام‌زاده^۳، کامران باقری‌لنکرانی^{۴*}

چکیده

زمینه و هدف: ویروس کووید-۱۹ با شتاب شگفت‌انگیزی در جهان گسترده شده است. در برخورد با این رخداد باید افزون بر مداخلات پیشگیری و درمانی، از روش‌های روانی - معنوی استفاده گردد. در دیدگاه اسلامی، سلامت معنوی نه به صورت انتزاعی بلکه در متن زندگی مورد نیاز است. در مواجهه با بلاها و گرفتاری‌ها از جمله جهان‌گیری کرونا این موضوع اهمیت بیشتری می‌یابد.

روش: این نوشتار با جستجو در منابع دینی به‌ویژه قرآن کریم و احادیث و نیز مقالات علمی مرتبط با کلید واژه ابتلا تألیف شده است.

یافته‌ها: براساس دیدگاه کتاب و سنت، دو نظام در عالم وجود دارد، نظام تکوین و نظام تشریح. اذن و اراده تکوینی الهی یعنی خداوند اجازه وقوع امری را بدهد. هر رویدادی که در عالم رخ می‌دهد، به اذن تکوینی الهی است. اما اذن تشریحی الهی مربوط به دستورات و احکام الهی بر بندگان می‌باشد. یکی از مباحث مهمی که در اقسام بلاها و گرفتاری‌ها و از جمله بحران کنونی کووید-۱۹ باید توجه نمود، شرایط گوناگون حاکم بر یک رخداد است. انواع بلاها و گرفتاری‌هایی که برای انسان به وجود می‌آید به شش دسته اصلی قابل تقسیم است. بلاهای خودساخته، مشکل‌آفرینی ظالمان، بلا برای تنبیه، بلا برای امتحان، گرفتاری‌های اولیای الهی، گرفتاری‌های تکلیفیه. در برابر این بلاها هم باید براساس وظیفه دینی به برنامه‌ریزی درست برای کنترل و پیشگیری پرداخت و هم باید با تقویت ایمان و باورهای دینی ارتباط باخدای متعال را مستحکم‌تر کرد و از این رهگذر تاب‌آوری را ارتقا بخشید.

نتیجه‌گیری: در مواجهه با بلاها و گرفتاری‌ها از جمله کرونا باید با ارتقای سواد معنوی، نگرش و رفتارها را اصلاح نمود. عمل به دستورات دینی و تقویت ارتباط با خدای متعال از یک سو و برنامه‌ریزی و اقدامات علمی برای پیشگیری و درمان از سوی دیگر، هر دو وظیفه هستند.

کلید واژه‌ها: پیشگیری اولیه، سلامت معنوی، کووید-۱۹

مقدمه

مطرح شده و توجه دادن به امور معنوی و سلامت معنوی پایه‌ای سلامت جسمی و پیشگیری از کرونا مورد توجه واقع نشد. از طرف دیگر هم متأسفانه بسیاری از آداب دینی اجتماعی، به دلیل شرایط همه‌گیری به تعطیلی گرایید. (۲)

از منظر اسلامی، سلامت معنوی همچون چتری بر سلامت جسمی، روانی، عاطفی و اجتماعی سایه افکنده است. انسان همیشه محتاج معنویت است؛ به‌خصوص در شرایط سخت روحی و گرفتاری‌هایی که تمام زندگی را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. اگر زندگی بشر از معنویت تهی گردد، هرج‌ومرج بر فکر و زندگی اش حاکم می‌شود و هیچ چیز قادر به پر کردن جای خالی آن نخواهد بود. (۳)

در یکسال اخیر، یکی از گسترده‌ترین بحرانهای جهانی، با پاندمی بیماری واگیردار و مرموز کووید-۱۹ رخ داد و همه مردم دنیا را درگیر نمود. عواقب و مشکلات ناشی از این بیماری، نه تنها سؤالات مختلفی را در جامعه مذهبی پدید آورد؛ بلکه در این میان، نخبگان و علاقه‌مندان به حوزه «سلامت معنوی» را برآن داشت تا ضمن پاسخگویی به سؤالات ناشی از این پاندمی، ابعاد توسعه و ارتقای سلامت معنوی جامعه را تبیین نمایند. (۱)

هر چند در جامعه آثاری از این ارتقای سلامت معنوی، همچون بخشیدن اجاره املاک، کمک به هم‌نوعان، به‌تعویق انداختن مطالبات و غیره مشاهده گردید؛ اما زمینه‌های لازم برای پاسخ به سؤالات ذهنی

۱. استاد، دکترای آموزش بهداشت و ارتقا سلامت، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

۲. دکترای کلام، دانشیار گروه روان‌شناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه. قم، ایران

۳. استادیار، متخصص پزشکی اجتماعی، فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران

۴. * نویسنده مسئول: استاد، فوق تخصص بیماری‌های گوارش دانشگاه علوم پزشکی شیراز، عضو پیوسته فرهنگستان علوم پزشکی

خداوند، همان دستورات الهی است که از طریق پیامبران و فرستادگان او به انسان‌ها ابلاغ شده است. مشیت و اراده تشریحی خدا در این عالم، امر به طاعات و نهی از معاصی است. ولی چون انسان در این عالم اختیار دارد، در بسیاری موارد بانافرمانی از خداوند، یا غفلت در انجام وظایف خود از اراده و مشیت تشریحی الهی تخلف می‌کند و این موضوع به هیچ وجه به ساحت کبریایی خداوند خدشه‌ای وارد نمی‌کند. اصل بر این است که انسان مختار باشد و با اختیارش خداوند را عبادت کند. بر همین اساس است که ما نباید هر اتفاقی که در زندگی رخ می‌دهد را به اراده و مشیت و قضا و قدر الهی (به معنای تشریحی آن) نسبت دهیم. (۶)

ممکن است این سؤال ایجاد شود که اگر امری مورد رضایت خدا نیست، پس چرا خداوند اذن به انجام آن می‌دهد؟ پاسخ این است هرچه به انسان می‌رسد، شامل نعمت‌ها و بلاها، تحت اذن خدا بوده است، یعنی بدون اذن خدا هیچ خیر و شری به انسان نمی‌رسد.

وَإِنْ يَمْسَسَكَ اللَّهُ بِضُرٍّ فَلَا كَاشِفَ لَهُ إِلَّا هُوَ وَإِنْ يُرِدْكَ بِخَيْرٍ فَلَا رَادَّ لِفَضْلِهِ ۖ يُصِيبُكَ بِمَنْشَأٍ مِّنْ عِبَادِهِ ۗ وَهُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ (یونس - ۱۰۷)

و اگر خداوند زبانی به تو رساند، هیچ کس جز او آن را برطرف نمی‌سازد. و اگر اراده خیری برای تو کند، هیچکس مانع فضل او نخواهد شد. آن را به هر کس از بندگانش بخواهد می‌رساند. و او غفور و رحیم است. اما خداوند متعال دو نوع اذن دارد: اذن تکوینی و اذن تشریحی. اذن و اراده تکوینی الهی یعنی خداوند اجازه وقوع امری را بدهد. هر اتفاقی که در عالم رخ می‌دهد، به اذن تکوینی الهی است. اگر باران می‌بارد و آفتاب می‌تابد و ما زندگی می‌کنیم، همه به اذن تکوینی الهی است. اما اذن تشریحی الهی مربوط به دستورات و احکام الهی بر بندگان می‌باشد. خداوند اذن تشریحی نداده است که ماگناهایی مانند دزدی، قتل، دروغ و... را انجام دهیم و بنابراین آن‌ها را در دین حرام کرده است. پس اگر مرتکب معصیت شویم، یا غفلت کردیم و به وظایف خود عمل ننمودیم از آن جهت که نافرمانی خدا را نموده‌ایم، نتیجه عمل خود را خواهیم دید. از طرف دیگر اذن تشریحی خداوند به کارهای حلال و مباح تعلق گرفته است و انسان می‌تواند آن‌ها را انجام دهد و از مکلفان خواسته شده که بهترین روش زندگی را مختارانه انتخاب نمایند (۸-۷)

بنابراین برخی اوقات خداوند تکویناً اذن می‌دهد، ولی تشریحاً منع می‌کند. همه گناهان ما در این دسته‌اند. برای مثال، وقتی اداره راهنمایی و رانندگی طرح ترافیک جدیدی را در شهر اجرا می‌کند، به جهت اینکه طرح جدیدی است و مردم باید با آن آشنا و به آن عادت کنند؛ در بسیاری از معابر ورودی طرح، بلوک سیمانی می‌گذارد و یا با زنجیر آن را می‌بندد تا خودروها نتوانند به محدوده طرح وارد شوند. در این جا هم منع تکوینی و هم منع تشریحی و قانونی وجود دارد. به مرور زمان که مردم عادت کردند، بلوک‌ها و زنجیرها را برمی‌دارند، اما همچنان از ساعت ۳:۰۰ صبح تا ۷ بعد از ظهر "ورود به طرح ممنوع" وجود دارد. در این حالت، از نظر

اگرچه اکثر شاخصه‌های "سلامت معنوی اسلامی" همچون تمرین صبر و توکل و امید به رحمت الهی، دعا و درخواست از خداوند و همچنین نزدیکی شدن به مقام رضا و تقویت انصاف و تعمیق ارتباط‌های انسانی و دست‌گیری نیازمندان؛ جمله مهمترین مؤلفه‌های ارتقای سلامت معنوی بین اقشار مختلف جامعه و عموم مردم است؛ اما تبیین ابعاد بلایا و گرفتاری‌ها و ارتباط آن‌ها با قضا و قدر الهی و متقاعدسازی جامعه و در نهایت توسعه و ارتقاء سلامت معنوی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. به تعبیر دیگر، از آنجا که اعتقاد و باور راستین به خدا نقش بسزایی در مقابله با شرایط ناگوار زندگی دارد، درک درست رابطه‌ی مشکلات و صدمات ناشی از پاندمی کرونا با جامعه بشری و نقش خداوند در این امر بسیار مهم است. (۴)

روش

این نوشتار با جستجو در منابع دینی به‌ویژه قرآن کریم و احادیث و نیز مقالات علمی مرتبط با کلید واژه‌ها بتلا تألیف گردیده است.

یافته‌ها

دریک جامعه ایمانی، پاسخ به سؤالات مطرح شده پیرامون ابتلای به ویروس کرونا از مؤلفه‌های سلامت معنوی به شمار می‌رود. این موضوع که با ویروس کرونا چگونه مواجه می‌شویم؟ آیا می‌گوییم: «این تجربه، شناخت و ایمان ما رانسبت به خدا افزایش می‌دهد». یا معتقدیم که «خداوند این ویروس را برای تأدیب انسان‌ها فرستاده است». اگر این موضوع به درستی تبیین نگردد، سوءظن در دل‌ها ریشه خواهد دواند.

ما معتقدیم که خداوند بر همه عالم مسلط است و بر تمامی اتفاق‌ها علم و قدرت دارد؛ اما این که بگوییم خداوند مسبب کاستی‌ها و مصائبی چون، بیماری سرطان در کودکان، مرگ زودرس والدین، کاهش حقوق و دستمزد، از دست دادن شغل و در آمد و شیوع بیماری همه‌گیر جهانی ویروس کروناست؛ موضوعی است که نیاز به تبیین دارد. خداوند خالق دنیاست و به انسان آزادی و اختیار داده تا آنچه می‌خواهد انجام دهد و مسئولیت عملکرد و انجام آن‌ها را به عهده بگیرد، و در عرصه همین آزادی است که ما ویروس کرونا و مقابله با آن و نقش این مقابله در ارتقای معنویت و سلامت معنوی را تجربه می‌کنیم. (۵)

براساس دیدگاه کتاب و سنت، دو نظام در عالم وجود دارد، نظام تکوین و نظام تشریح. خداوند در هر یک از این دو عالم مشیت و اراده و قضا و قدری دارد. معنای قضا و قدر و اراده و مشیت در نظام تشریح، با نظام تکوین متفاوت است. در اینجا لازم است مشیت و اراده تشریحی با مشیت و اراده تکوینی از هم تمیز داده شوند. اراده تکوینی الهی مربوط به خلقت خداوند است و آنچه خداوند اراده می‌فرماید، ایجاد می‌شود. آفرینش جهان، آسمان‌ها و زمین، ماه و خورشید، روز و شب، جمادات و نباتات و حیوانات و انسان‌ها و... همه در پرتو اراده تکوینی الهی است. اراده تشریحی

و هرگاه بپشانییم انسان‌ها را نعمت و رحمتی، به واسطه آن شادمان و خوشحال شوند و اگر ایشان را به سبب آنچه از پیش فرستاده اند زحمت و شدتی برسد، آن گاه ایشان نومید می‌شوند.

بلاهایی برای امتحان

تنها انسان‌ها مسبب برخی از مشکلات و گرفتاری‌ها نیستند، بلکه خداوند نیز حکمت‌های خاصی در ایجاد آن‌ها و قرار دادن انسان‌ها در این قبیل گرفتاری‌ها قرار داده است. این برای امتحان انسان‌ها بوده و برای همه انسان‌ها در همه شرایط وجود دارد. حتی انسان‌های خوب و پاک هم امتحان می‌شوند. ریشه کلمه بلا به معنای آزمون است. این امتحان و آزمون، هم مثبت و هم منفی است. خداوند انسان را گاه به نعمت و گاه به نقت امتحان می‌کند. بعضی انسان‌ها در زمان فقر امتحان می‌دهند و چون به ثروت رسند خدا از یادشان می‌رود و افرادی دیگر بر عکس. (۱۵)

وَلْتَبْلُوْنَكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ (بقره - ۱۵۵)

و البته همه شما به اموری چون ترس و گرسنگی و نقصان اموال و نفوس و آفات زراعت می‌آزماییم و به صابران بشارت و مژده آسایش از آن سختی‌ها را بده!

امیر المومنین علی علیه‌السلام می‌فرماید:

لَا تَفْرَحَ بِالْغِنَاءِ وَالرِّخَاءِ وَلَا تَغْتَمَّ بِالْفَقْرِ وَالْبَلَاءِ فَإِنَّ الذَّهَبَ يُجْرَبُ
بِالنَّارِ وَ الْمُؤْمِنُ يُجْرَبُ بِالْبَلَاءِ. (غر الحکم - ص ۹۹)

به خاطر توانگری و فراخی شاد مشو و به واسطه فقر و گرفتاری نیز غمگین مشو. پس به درستی که طلا آزموده می‌شود به آتش و مؤمن آزموده می‌شود به امتحان در نعمت و نقت.

گرفتاری‌های اولیای الهی

اولیای الهی و ائمه اطهار علیهم‌السلام گرفتاری‌هایی داشته‌اند که نه خداوند متعال به‌طور مستقیم برای آن‌ها خواسته و نه به علت گناه و یا معصیت و یا اشتباه آن‌ها بوده است؛ بلکه ظلم ظالمین موجب آن گردیده است. (۱۶)

علی ابن رثاب از امام صادق (ع) همین موضوع را سؤال نمود:

عَنْ عَلِيِّ بْنِ رَبَاطٍ قَالَ سَأَلْتُ أَبَا عَبْدِ اللَّهِ عَنْ قَوْلِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَ مَا
أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ أَرَأَيْتَ مَا أَصَابَ عَلِيًّا (عليه
السلام) وَ أَهْلَ بَيْتِهِ (عليهم‌السلام) مِنْ بَعْدِهِ هُوَ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِيهِمْ
وَ هُمْ أَهْلُ بَيْتِ طَهَارَةٍ (عليهم‌السلام) مَعْصُومُونَ فَقَالَ إِنْ رَسُولَ اللَّهِ
(صلى الله عليه و آله) كَانَ يَتُوبُ إِلَى اللَّهِ وَ يَسْتَغْفِرُهُ فِي كُلِّ يَوْمٍ وَ
لَيْلَةٍ مِائَةَ مَرَّةٍ مِنْ غَيْرِ ذَنْبٍ إِنْ اللَّهُ يَخْصُ أَوْلِيَاءَهُ بِالْمَصَائِبِ لِيُجْرَهُمْ
عَلَيْهَا مِنْ غَيْرِ ذَنْبٍ. (كلینی، کافی، ج ۲، ص ۴۵۰)

علی بن رعب گوید، از امام صادق علیه‌السلام درباره آیه: وَ مَا أَصَابَكُمْ مِّنْ

مراقبت‌های بهداشتی است و نسبت دادن آن بیماری‌ها به خدا ناپسند است. عملکرد بشر در تصرفات ناپسند در طبیعت که موجب بسیاری از مشکلات زیست محیطی گردیده است نیز از همین قسم است. این‌ها نمونه‌هایی از تأثیر مستقیم یا غیرمستقیم عالم تشریح بر عالم تکوین است که به دست بشر صورت گرفته است. خداوند می‌فرماید:

ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ
الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ (روم - ۴۱)

فساد، در خشکی و دریا بخاطر کارهایی که مردم انجام داده‌اند آشکار شده است؛ خدا می‌خواهد نتیجه بعضی از اعمالشان را به آنان بپشاند، شاید (بسوی حق) بازگردند!

بسیاری از بیماری‌ها یا مشکلات بشر از همین سنخ است. بنابراین چنانچه ویروس کووید-۱۹ دست ساخته انسان باشد و یا دیگر مشکلات اکولوژیکی که انسان پدید آورده است رانباید به خداوند رحمن منتسب نمود؛ چراکه کار خلق خداست و باید در قبال آن پاسخگو باشند.

مشکل آفرینی ظالمان

هر چند داده‌های فعلی دست ساخته بودن ویروس کووید-۱۹ را نشان نداده است ولی اینکه تصرفات انسانی در طبیعت در ایجاد جهش در ویروس حیوانی کرونا نقش داشته، اثبات گردیده است و امروز می‌دانیم این ویروس جهش‌یافته مشترک با حیوان مصداق وعده شیطان " وَ لَأْمُرْتَهُمْ فَلْيَغْيِرْ بَخْلًا لِّهٖ " طبق آیه ۱۱۹ سوره نساء می‌باشد.

در راستای مشکلات خود ساخته، مشکل آفرینی ظالمان برای انسان‌ها است. این ظلم را ممکن است دیگران در حق انسان‌ها انجام دهند و یا حتی انسان نسبت به خودش ظلم کند. خداوند می‌فرماید:

وَمَا أَصَابَكُمْ مِنْ مُصِيبَةٍ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُو عَنْ كَثِيرٍ (شوری - ۳۰)
و هر مصیبتی به شما رسد پس به خاطر اعمالی است که انجام داده اید و خداوند بسیاری از گناهان را نیز عفو می‌کند

بلا برای تنبیه

خداوند متعال فساد ایجاد نمی‌کند، بلکه این انسان‌ها هستند که با کارهای زشت و ناپسند فساد می‌کنند. تنبیه گرفتاری‌هایی که مسبب آن‌ها خود انسان‌ها هستند، عذاب نام دارد. خداوند کریم می‌فرماید:

ظَهَرَ الْفَسَادُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ بِمَا كَسَبَتْ أَيْدِي النَّاسِ لِيُذِيقَهُمْ بَعْضَ
الَّذِي عَمِلُوا لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ (روم - ۴۱)

فساد، در خشکی و دریا به خاطر کارهایی که مردم انجام داده‌اند آشکار شده است؛ خدا می‌خواهد نتیجه بعضی از اعمالشان را به آنان بپشاند، شاید (بسوی حق) بازگردند!

وَإِذَا أَدْقْنَا النَّاسَ رَحْمَةً فَرِحُوا بِهَا ۗ وَإِن تُصِيبَهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمْتُمْ
أَيْدِيَهُمْ إِذَا هُمْ يَقْنَطُونَ (روم - ۳۶)

شراً. (وسائل الشیعه، ج ۲۶، ص ۱۴)

در اسلام هیچ ضرر و اضرائی نیست بنابراین اسلام بر شخص مسلمان خیر می‌افزاید و شری بر او نمی‌افزاید.

برنامه‌ریزی و انجام درست همه کارها

از مهم‌ترین عواملی که باعث جلوگیری از گرفتاری‌ها و یا کاهش شدت آن‌ها می‌شود انجام درست و دقیق کار است. توصیه‌های بهداشتی استفاده از ماسک، فاصله فیزیکی و عدم دست دادن در بحران کرونا از همین موارد است. امام باقر علیه‌السلام فرمود:

الْكَفَالُ كُلُّ الْكَفَالِ: التَّفَقُّهُ فِي الدِّينِ، وَ الصَّبْرُ عَلَى النَّائِبَةِ، وَ تَقْدِيرُ الْمَعِيشَةِ. (کلینی، کافی، ج ۱، ص ۳۲)

کمال حقیقی انسان عبارتند از: فهم در دین (دین‌شناسی)، صبر و بردباری در برابر ناگواریها و برنامه‌ریزی درست در زندگی.

صبر و بردباری، بهترین مقابله با بحران کرونا (۱۹)

بی‌تابی کردن، نه تنها تأثیری ندارد؛ بلکه بر اندازه مصیبت می‌افزاید. پس بهترین مقابله با سختی، تحمل کردن و بردباری ورزیدن نسبت به آن است. امیرالمومنین علی (ع) می‌فرماید:

الْجَزَعُ عِنْدَ الْمُصِيبَةِ يَزِيدُهَا، وَ الصَّبْرُ عَلَيْهَا يُبِيدُهَا (غررالحکم، ۲۰۴۳)

بی‌تابی کردن هنگام مصیبت، آن را بیشتر می‌کند و بردباری کردن بر آن، آن را از بین می‌برد.

از نشانه‌های صابران ناتوان نشدن، بی‌تابی نکردن است. پیامبر اکرم (ص) درباره نشانه‌های سه گانه یاد شده می‌فرماید:

عَلَامَةُ الصَّابِرِ فِي ثَلَاثٍ أَوْلَاهَا أَنْ لَا يَكْسَلَ وَ النَّائِبَةُ أَنْ لَا يَضْجَرَ وَ النَّائِثَةُ أَنْ لَا يَشْكُوَ مِنْ رَبِّهِ تَعَالَى لِأَنَّهُ إِذَا كَسَلَ فَقَدْ ضَيَّعَ الْحَقَّ وَ إِذَا ضَجَرَ لَمْ يُؤَدِّ الشُّكْرَ وَ إِذَا شَكَا مِنْ رَبِّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فَقَدْ عَصَاهُ (صدوق، علل الشرایع، ج ۲، ص ۴۹۸)

علامت شخص صابر و شکیبا سه چیز است: سست و بی‌حال نیست. ملول و محزون نمی‌باشد. از پروردگار متعال شکایت نمی‌کند زیرا شخص وقتی کسل و سست شد حقوق دیگران را ضایع نموده و وقتی ملول و محزون گردید اداء شکر نمی‌کند و هرگاه از پروردگار شاکی شد عصیان را می‌نماید. انسان بی‌تاب، تدبیر خود را از دست می‌دهد و امکان خروج از بحران را از خود سلب می‌نماید.

پرهیز از گناه و توبه و استغفار

یکی از مواردی که بلا را رفع می‌کند و نعمت‌های از دست رفته را جبران می‌نماید، استغفار است. خداوند در قرآن می‌فرماید: اگر استغفار و توبه کنید، خداوند نه تنها مشکلات را رفع می‌کند، بلکه برکات و نعمت‌های خود را بر شما ارزانی می‌دارد.

مُصِيبَةٌ فِيمَا كَسَبَتْ أَيْدِيكُمْ وَ يَغْفُو عَنْ كَثِيرٍ، سؤال کردم: «نظر شما درباره مصیبت‌هایی که بر سر امیرالمؤمنین علیه‌السلام و اهل بیستش که سلام و درود خدا بر آنان باد، آمده است چیست؟ آیا علت این مصیبت‌ها هم اعمال آن‌ها بوده است؛ حال آنکه آن‌ها معصوم بوده‌اند؟» امام صادق علیه‌السلام فرمود: «رسول خدا صلی‌الله علیه و آله بدون اینکه مرتکب گناهی شده باشد، هر شبانه‌روز یک‌صدبار به درگاه خداوند توبه و از او طلب آمرزش می‌کرد. خداوند به‌طور ویژه اولیای خود را بدون اینکه مرتکب گناهی شده باشند دچار مصیبت می‌کند و در مقابل به آن‌ها پاداش دهد»

گرفتاری‌های تکلیفیه

مورد دیگر، سختی‌ها و گرفتاری‌های تکلیفیه است. آن وظایف و احکامی که خدا واجب و یا حرام نموده است و انسان مکلف نیز باید آن‌ها را انجام دهد، (۱۷) اگرچه برای برخی مانند نماز قبل از طلوع آفتاب تا روزه هوای گرم تابستان و تا خمس و جهاد در راه خدا و ... سخت باشد.

كُتِبَ عَلَيْكُمُ الْقِتَالُ وَهُوَ كَرْهٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَهُوَ خَيْرٌ لَّكُمْ ۖ وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ (بقره - ۲۱۶)

جهاد در راه خدا، بر شما مقرر شد؛ در حالی که برایتان ناخوشایند است. چه بسا چیزی را خوش نداشته باشید، حال آن که خیر شما در آن است. و یا چیزی را دوست داشته باشید، حال آنکه شر شما در آن است. و خدا می‌داند، و شما نمی‌دانید.

پیشگیری در مواجهه با بلاها و گرفتاری‌ها و مقابله با کرونا (۱۸)

اولین موضوع در مواجهه با بلاها و از جمله جهانگیری کرونا، عدم پیش‌داوری و قضاوت است و این که این گرفتاری جزء کدامیک از اقسام بلاهاست. آیا عذاب الهی است؟ امتحان الهی است؟ آیا خراب کاری بشر است؟ هر چند به فرموده‌ی امام حسن عسکری علیه‌السلام:

مَا مِنْ بَلِيَّةٍ إِلَّا وَ لِلَّهِ فِيهَا نِعْمَةٌ تُحِبُّ بِهَا (مجلسی، تحف العقول، ج ۱، ص ۴۸۹)

هیچ گرفتاری و بلائی نیست مگر آنکه نعمتی از خداوند آن را در میان گرفته است.

عمل به دستورات دینی

دستورات دینی و عبادات خداوند در جهت اصلاح و رابطه انسان با خدا و سایر انسان‌هاست. هدف دین، پیشگیری از گرفتاری‌ها و مشکلات و نیز سعادت در دنیا و آخرت است. در دستورات دینی تأکید گردیده برای رفع بلا دعا کرده و صدقه داده شود. پیامبر صلی‌الله علیه و آله می‌فرماید:

لَا ضَرَرَ وَ لَا إِضْرَارَ فِي الْإِسْلَامِ قَالَ إِسْلَامٌ يَزِيدُ الْمُسْلِمَ خَيْرًا وَ لَا يَزِيدُهُ

اگر سپاسگزار باشید حتماً بر شما می‌افزاییم و اگر ناسپاسی کنید، حقیقتاً عذاب من شدید است.

دعا برای رفع گرفتاری و بلای کرونا

دعا و نیایش نقشی انکارناپذیر در اصلاح زندگی مادی و معنوی بشر دارد. کمتر کسی را می‌توان یافت که در طول زندگی خویش این احساس را تجربه نکرده باشد. چراکه اظهار عجز و نیاز در برابر خداوند و دعا و درخواست از آن مظهر قدرت لایزال، یک نیاز فطری و ذاتی انسان‌هاست و در همه ادیان گفت و گوی با معبود وجود دارد. جایگاه و منزلت انسان نزد خداوند به اندازه دعای اوست و بها و قیمت هر انسان به اندازه گفتگو و راز و نیاز او با خداست. در کلام پیشوایان معصوم علیهم‌السلام، دعا محبوب‌ترین اعمال نزد خداوند تعالی، برترین عبادت، هم سنگ نماز، ستون دین، نور آسمان‌ها و زمین، کلید تمام رحمت‌ها و خزاین الهی، رمز پیروزی و رستگاری، اسلحه پیامبران، سپر و سلاح مؤمن، مغز تمام عبادات و حلقه ارتباط خالق و مخلوق معرفی شده است. (۲۰)

دعا در حقیقت نوعی درخواست از خداوند و عرض نیاز ابراز و احتیاج به آستان بی نیاز اوست چنانکه خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: **يَا أَيُّهَا النَّاسُ أَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ** (محمد، ۳۸) ای مردم، شما به خدا نیازمندید و خداست که بی‌نیاز و ستوده صفات است. آنکس که این حقیقت را با تمام وجود درک کند و خود را فقیر محض و سرتا پا نیاز و عجز بیندارد و از سوی دیگر خداوند یکتا را بی‌نیاز و غنی مطلق بداند، به ضرورت دعا اذعان و اقرار نموده و با افتخار و سربلندی دست به درگاه الهی دراز می‌کند، و برعکس آن کس که با دعا بیگانه است رشته بندگی را گسسته، گویا نیازی به خداوند تبارک و تعالی ندارد و ضرورتی به خواهش و تمنا از آن ذات بی همتا در خویشستن احساس نمی‌کند. هر چه معرفت به ذات مقدس حق تعالی کامل‌تر باشد، احساس نیاز نیز عمیق‌تر و شدیدتر است.

انتظار فرج و گشایش

انتظار فرج و گشایش نقش بسیار مهمی در امیدواری انسان‌ها دارد. انتظار فرج و دعا برای فرج، مصداق فرج و گشایش برای دعاکننده و شخص منتظر است و امید به آینده‌ای روشن را برای انسان ترسیم می‌نماید. امام صادق علیه‌السلام فرمود:

من عرف هذا الامر فقد فرج عنه الانتظار (کلینی، کافی، ج ۱، ص ۳۷۱) کسی که این امر (شناخت امام عج و انتظار فرج اهل بیت (ع) را بشناسد به سبب انتظار کشیدن آن، برایش گشایش حاصل می‌شود. دعا برای تعجیل فرج امام عصر عج در توقیعی از آن حضرت نیز تأکید شده است:

اکثرو الدعاء بتعجيل الفرغ فان ذالك فرجكم (کمال الدین، ج ۲، ص ۴۸۵)

وَأَنْ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ تُوبُوا إِلَيْهِ يُمَتِّعْكُمْ مَتَاعًا حَسَنًا أَلْسِي أَجَلَ مُسْمَىٰ وَ يُؤْتِكُمْ فَضْلًا فَضْلَهُ ۖ وَإِن تَوَلَّوْا فَإِنِّي أَخَافُ عَلَيْكُمْ عَذَابَ يَوْمٍ كَبِيرٍ (هود، ۳)

و اینکه از پروردگارتان آمرزش بطلبید و به درگاه او توبه و انابه کنید تا بهره‌ای نیکو، در مدتی معین شما را بهره‌ور سازد و فضل هر صاحب فضیلتی را به او بدهد، و اگر روی بگردانید من از عذاب روز بزرگ بر شما بیمانم.

آرامش دل در پیوند با خدا

دل بر حسب فطرت توحیدی‌اش خدا را می‌خواهد و خدا را می‌جوید. **فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۚ ذَٰلِكُمْ دِينٌ ظَالِمٌ** (روم، ۳۰) چهره قلبت را به سمت دین (که دل‌بستگی به خداست) استوار بدار این فطرت الهی است که مردم را بر همین سررشته است و آفرینش خدا تبدیل‌پذیر نمی‌باشد این است دین ثابت پابرجا

عدم ناامیدی

مقایسه وضع خود با وضع کسانی که در موقعیت برتری قرار دارند، سبب می‌شود که انسان داشته‌های خود را، کوچک و ناچیز بشمارد. چنین نگرشی باعث می‌شود که انسان فقط حسرت زندگی دیگران را بخورد و بی‌تاب و ناشکیبا شده از زندگی خود لذت نبرد. این حالت دو پیامد «ناامیدی» و «ناتوانی و درماندگی» را به دنبال خواهد داشت. این ناامیدی و درماندگی ریشه در مقایسه صعودی دارند. پیامبر اکرم (ص) در این باره می‌فرماید:

من نظر... فی دنياه إلی من هو فوقه فأسف علی ما فاته منه، لم یکتبه الله شاکراً ولا صابراً؛ (کنز العمال، ج ۳، ص ۲۵۵، ح ۶۴۲۳) کسی که... در دنیای خود به کسی که بالاتر از او است نگاه کند و نسبت به آنچه ندارد افسوس خورد، خداوند نه او را شاکر می‌نویسد و نه بردبار

شکر نعمت‌های الهی

سپاسگزاری متوقف بر نعمت‌شناسی است. سپاس مربوط به نعمت‌هاست و سپاسگزاری هنگامی شکل می‌گیرد که نعمتی وجود داشته باشد. بنابراین برای افزایش بهره‌مندی باید از مقایسه نزولی استفاده کرد؛ چون نعمت‌ها را آشکار می‌سازد و موجب سپاسگزاری است. بر همین اساس امیرالمومنین (ع) می‌فرماید:

وانظر إلی من هو دونک فتکون لانعم الله شاکراً ولمزیده مستوجباً ولجوده ساکناً (مستدرک الوسائل، ج ۸، ص ۳۳۷)

و به کسی که پایین دست توست نگاه کن تا سپاسگزار نعمت‌های خدا باشی و شایسته افزایش او گردی و ساکن جود او گردی.

خداوند متعال می‌فرماید:

لئن شکرتم لأزیدنکم ولو لئن کفرتنم أنعدأبی لشدیداً (ابراهیم، ۷)

سلامت معنوی بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی و همچنین رفتار بهداشتی تأثیر می‌گذارد. قرآن کریم و سنت ائمه اطهار علیهم‌السلام نیز اشارات بسیاری به سلامت معنوی دارند. در سخنان ائمه اموری چون غرور، ریا، حسادت، سوءظن، خشم، عصبانیت و بخل به عنوان دشمن سلامت روح مطرح گردیده است و تأثیر این رفتارهای نامطلوب را بر سلامت جسم تبیین نموده است.

برخی فعالیت‌های پیشنهادی در زمینه حمایت‌طلبی ارتقای سلامت معنوی در مواجهه با کرونا

با توجه به اهمیت و تأثیر سلامت معنوی در همه ابعاد زندگی انسان، شامل ابعاد جسمی، روانی، عاطفی و اجتماعی انتظار می‌رود که کلیه نهادها و مؤسسات با رویکرد "سلامت در همه سیاست‌ها" متناسب با نقش مورد انتظار، راهبردها و فعالیت‌هایی برای تحقق سلامت معنوی و ایفای مسئولیت‌های سازمانی خود در ارتقا فرهنگ و سواد سلامت معنوی در بحران کرونا تدوین نمایند. در این سند به برخی از فعالیت‌ها اشاره می‌شود.

• تدوین و تهیه محتوای پیام‌های حمایت‌طلبی در ارتقای سلامت معنوی در مواجهه با کرونا و نیز مستندات مبتنی بر شواهد مورد نیاز برای خط مشی‌گذاری

- تقویت تحقیقات و پژوهش در زمینه گسترش و پایش سلامت معنوی و راهکارهای توسعه و ارتقای آن
- تسهیل انجام تحقیقات منظم به منظور بررسی پیامدهای روانی، اجتماعی و جسمی ارتقای سلامت معنوی

• ارتقای سطح سواد سلامت معنوی عمومی در جامعه در بحران کرونا

- تبیین و انتشار پیامدها و اهمیت سلامت معنوی و تعیین گروه‌های هدف حمایت‌طلبی (در سه قوه) و نقش آن‌ها در ارتقای سلامت معنوی در مواجهه با کووید-۱۹
- تبیین و انتشار نقش سلامت معنوی و کیفیت زندگی در مواجهه با کرونا و جلب حمایت کلیه دستگاه‌ها از قوه مقننه، اجرایی و قوه قضاییه
- ارتقای سواد سلامت معنوی جامعه از طریق آموزش‌های غیرمستقیم، غیررسمی و حتی در مواردی غیرکلامی توسط آموزش و پرورش
- ترویج فرهنگ معنوی و اخلاق و معنویت در رسانه ملی
- ترویج سلامت معنوی در مقابله با کرونا در شبکه‌های مجازی
- از ظرفیت رهبران جامعه، رهبران محلی، افراد شاخص، هنرمندان، ورزشکاران و چهره‌ها و شخصیت‌های برجسته علمی شناخته شده در انتقال پیام و ارتقای سواد سلامت معنوی
- ادغام مباحث آموزش‌تقاء سلامت معنوی به صورت

برای تعجیل در فرج زیاد دعا کنید چرا که فرج شما در همین است. درخواست ظهور و امامت و حکومت ظاهری آن حضرت بارقه امید به آینده‌ای درخشان در زندگی انسان‌هاست. در دعاهای پایانی ندبه از خداوند مسئلت می‌کنیم که با ظهور آن حضرت حق و عدالت جهانی برقرار سازد و باطل و ستمگری را سرکوب کند و این امر پیوندی محکم بین شیعیان و امام زمانشان برقرار ساخته و آن را دوام و عمق بخشد.

سخن آخر

بنابراین پاسخ تبیینی به سؤالات پدید آمده در ذهن مردم یک جامعه ایمان‌دار در خصوص پاندمی کووید ۱۹ در راستای ارتقای سلامت معنوی جامعه می‌باشد. در کتاب و سنت، عقل، اخلاق، فقه، بایدها و نبایدها و اعتقادات مجموعه‌ای از هم ناگسستگی و در هم تنیده است که برای سعادت دنیا و آخرت انسان تلاش می‌نمایند.

ارتقای سلامت معنوی جامعه در رویکرد و افزایش تاب‌آوری در تحمل مشکلات ناشی این پاندمی و برخورد با آن مشکلات و نحوه مواجهه با آن نقش بسزایی دارد. همچنین ارتقاء سلامت معنوی جامعه در رعایت حقوق همدیگر در ضرورت رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی و پیشگیری از ابتلای خود و دیگران به این بیماری و حمایت از مبتلایان به آن تأثیر اساسی خواهد داشت.

واژه و اصطلاح سلامت معنوی نخستین بار در سال ۱۲۷۱، توسط اومبرگ تحت عنوان بهزیستی معنوی وضع شد که بیش از همه بر بهزیستی شخصی فرد تأکید دارد که در دهه‌های اخیر نیز به عنوان بعد چهارم سلامت و با عنوان «بعد معنوی» معرفی شده است. سازمان بهداشت جهانی در تعریف سلامت، علاوه بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی، بعد سلامت معنوی (Spiritual Health) را در تعریف سلامت گنجانده است، به گونه‌ای که شخص با آن بتواند یک زندگی بانشاط و پربار و مثبت‌گرا داشته باشد. این بعد در کنار ابعاد دیگر سلامتی، همچون سلامت جسمی، روانی و سلامت اجتماعی قرار گرفته است. از دیدگاه پراگماتیسم این بعد کاربرد مؤثری در امید به زندگی داشته و به آن معنا می‌بخشد؛ به گونه‌ای که دانشمندانی همچون فرانکل آن را تبیین نموده‌اند. اختلال در این بعد از سلامتی، سبب آشفتگی‌های روانی، افسردگی و از دست دادن معنی زندگی و کیفیت زندگی می‌شود. (۲۱ و ۲۲)

از دیدگاه اسلامی سلامت معنوی، نیروی یگانه‌ای است که همچون چتری همه ابعاد زندگی را متأثر نموده و هماهنگی و یکپارچگی را بین نیروهای درونی انسان فراهم می‌کند. در حقیقت معنویت راهی است که علاوه بر اینکه با آن می‌توان به امید و آرامش درونی دست یافت، بر مبنای باورهای بنیادیناسان که همان اعتقادات برپایه مبانی فطری و عقلی است؛ می‌توان نگاه به دنیا را تغییر داد. از منظر باورهای دینی، معنویت و اعتقادات مذهبی تنظیم‌کننده رابطه فرد با مبدأ هستی، با خود، با دیگران و محیط اجتماعی است.

- فراهم کردن ارتقای سلامت معنوی همگانی در مقابله با کرونا
- گزارش‌های مربوط به سلامت معنوی در مقابله با کرونا و پیامدهای آن بر سلامت همه‌جانبه حتی اقتصاد جهت اطلاع عموم مردم
- خط مشی‌گذاری عمومی و تهیه و انتشار گزارش‌های تخصصی در مورد سلامت معنوی در مواجهه با کووید-۱۹ برای خط‌مشی‌گذاران و تصمیم‌گیرندگان توسط سازمان‌های مرتبط با همکاری حوزه و دانشگاه
- فعال کردن امکان مذاکره مؤثر مدیران ارشد دستگاه‌های اجرایی با خط‌مشی‌گذاران و تصمیم‌گیرندگان و تشکیل گروه‌های تخصصی با همکاری سازمان‌های مرتبط و تشکیلات مردم نهاد در این زمینه
- تقویت نقش آفرینی و تسهیل همکاری بین بخشی گروه‌های مردم نهاد و خیریه‌ها
- تشکیل گروه‌های همکاری به منظور تسهیل اجرای خط‌مشی‌ها و برنامه‌ها با حضور ذی‌نفعان از گروه‌های مردمی و تشکیلات مردم نهاد فعال در حوزه‌های مختلف خدماتی، درمانی، پیشگیری و چگونگی فرهنگسازی و ارتقای سواد سلامت معنوی در مقابله با کرونا در فعالیتهای این گروه‌ها

- غیرمستقیم در دروس مدارس و دانشگاهی، آموزش و پرورش و دانشگاه‌ها، دستگاه‌های اجرایی و سایر نهادهای اجتماعی، آموزش‌های مقابله با کرونا
- خط‌مشی و سیاست‌گذاری
- در راستای ایجاد خط‌مشی و سیاست‌گذاری شورای عالی سلامت و امنیت غذایی سند حمایت‌طلبی ارتقای سواد سلامت معنوی در بحران کرونا را با همکاری کلیه مؤسسات و وزارتخانه‌های ذی‌نفع تدوین و جهت اجرایی شدن به تصویب شورای عالی برساند.
- ایجاد خط‌مشی و سیاست‌گذاری ترویج سلامت معنوی در مقابله با کرونا به شکل منظم و سیستماتیک در برنامه‌های صدا و سیما در زمینه ترویج غیرمستقیم سلامت معنوی در کلیه محصولات، سریال‌ها و فیلم‌ها
- ایجاد خط‌مشی و سیاست‌گذاری ترویج سلامت معنوی به شکل منظم و سیستماتیک در برنامه‌های آموزش ضمن خدمت کلیه پرسنل بیمارستان‌ها و بالا بردن تاب‌آوری و سلامت معنوی آنان در شرائط بحرانی کووید-۱۹
- مسئولیت همگانی در ترویج سلامت معنوی و نیز روش‌های پیشگیری از ناامیدی
- استفاده از مناسبت‌های علمی، فرهنگی، هنری و ورزشی مرتبط و

Original

The Importance of Spiritual Health in the COVID-19

Mohammad Hossein Taghdisi¹, Masoud Azarbajani², Maryam Khayamzadeh³, Kamran Bagheri Lankarani^{*4}

Abstract

Background: Covid 19 has spread rapidly in the world. In dealing with this event, in addition to preventive and therapeutic interventions, psycho-spiritual approaches are needed. Islamic spiritual health is intended to be guidance in daily life including the current pandemic.

Methods: Islamic references specially the holy Quran were searched for key word affection.

Results: According to the Islamic references, there are two systems in the world, creation system and legislation system. Divine creative permission means that God allows something to happen. But the divine legislative permission is related to the divine commands. God knows all the details of world events. One of the important issues to be considered in all kinds of disasters, including the current Covid crisis, is the issue of the various circumstances surrounding an event. From the perspective of the Quran, the types of disasters which occur for human can be divided into six main categories. Self-induced disaster, troubles caused by oppressors, disaster for punishment, disaster for examination, troubles of the saints, troubles of duties. Based on Islamic beliefs there should be active and rational planning and action along with promoting the relation with almighty God to increase the resilience.

Conclusion: There is urgent need to promote spirituality literacy in the community. Based on Islamic beliefs rational planning and action along with religious instructions and praying are mandatory impositions.

Keywords: COVID-19, Primary Prevention, Spiritual Health

1. Professor, PhD of Health Promotion and Education, Iran University of Medical sciences, Tehran, Iran

2. Professor of Psychology, Research Institute of Hawzah and University, Qom, Iran

3. Assistant Professor, Community Medicine Specialist, Academy of Medical Sciences, Tehran, Iran

4. * Corresponding Author: Permanent Member of Academy of Medical Sciences, Tehran, Iran,

Distinguished Professor of Shiraz University of Medical Sciences, Health of Policy Research Center, Shiraz, Iran

1. Xiaoyi H, Fengxiang W, Liang H, Lijuan W, Ken Ch. Epidemiology and clinical characteristics of COVID-19. Arch Iran Med 2020; 23(4): 268-271.
2. Ribeiro MRC, Damiano RF, Marujo R, Nasri F, Lucchetti G. The role of spirituality in the COVID-19 pandemic: a spiritual hotline project. J Public Health (Oxf) 2020;42(4):855-856.
3. Asadzandi M, Abolghasemi H, Javadi M, Sarhangi F. A Comparative Assessment of the Spiritual Health Behaviors of the Iranian Muslim in the COVID-19 Pandemic with Religious Evidence. J Mil Med 2020; 22 (8) :864-872.
4. Rahman Z , Kashim M, Izhar Ariff M, Noor M, Saari A, Hasan C, et al. Critical Review Of Religion In Coping Against The Covid-19 Pandemic By Former Covid-19 Muslim Patients In Malaysia. Journal Of Critical Reviews 2020; 7(5): 1145-1154.
5. Rahman Z , Kashim M, Izhar Ariff M, Noor M, Saari A, Hasan C, et al. Critical Review Of Religion In Coping Against The Covid-19 Pandemic By Former Covid-19 Muslim Patients In Malaysia. Journal Of Critical Reviews 2020; 7(5): 1145-1154.
6. Adiyoso W, Kanegae H. The preliminary study of the role of islamic teaching in the disaster risk reduction (a qualitative case study of Banda Aceh, Indonesia). Procedia Environmental Sciences 2013; 17: 918-927
7. Sadr ad-Din Shirazi M. Mulla Sadra's commentary. Tehran: Sadra Islamic Philosophy Foundation; 2018. Vol 5. p 453. [In Persian]
8. Tabatabai M. Al-Mizan Fi Tafsir Al-Quran. Beirut: Scientific Foundation for Publications; 2005. Vol 19. p 303, 304.
9. Sadeghi M. Human Cloning, Divine Religious Authorities Point of Views and Islamic jurisprudence. IQBQ 2004; 8 (3) :35-60. [In Persian]
10. Ayazi M. Human dignity and freedom in the Qur'an. Qom: Ayat Binat; 2008. p 53. [In Persian]
11. Qurashi AA. Ghamoos e Quran. Tehran: Dar al-Kitab al-Islamiya; 1993. [In Persian]
12. Shayestekejad A. The Omnipotence of God in the Quran and Hadiths. Qur'anic Knowledg 2016; 20(6): 27-8. [In Persian]
13. Hekmatpanah M. Article on the causes of disasters and natural disasters from the perspective of the Quran and hadiths 2013; Haris: Payam Nour University: 2013. [In Persian]
14. Hoseini H. Religious Approaches and Religious Traditions About Dangers and Unexpected Natural Disasters. Third International Conference on Comprehensive Crisis Management in Natural Disasters 23 Jan 2008; Tehran: Keyfiat Tarvij; 2008. [In Persian]
15. Hosseinzadeh A. Catching and testing in the Quran. Journal Of Kalam Islami 2004; 46. [In Persian]
16. Pakzad A. Tribulation and Trial in the Qur'an. Qru'anic Reserches 2008; 14(54-55): 342-377. [In Persian]
17. Asgari Z, Norouzi RA, Chaboki M. The concept of deprivation in the Holy Quran and its role in human development Scientific Journal of Islamic Education 2017; 24(33): 9-30. [In Persian]
18. Yang Y, Shang W, Rao X. Facing the COVID-19 outbreak: What should we know and what could we do? J Med Virol 2020; 92(6):536-537.
19. Khodayarifard M, Asayesh MH. Psychological coping strategies and techniques to deal with stress & anxiety around coronavirus (COVID-19). Rooyesh-e-Ravanshenasi 2020; 9(8). [In Persian]
20. Shafiee Sarvestani A. The human being is waiting. Mouood 2004; 7(38). [In Persian]
21. Abasi M, Azizi F, Shamsi Koushki A. Conceptual definition and operationalization of spiritual health: a methodological study. Medical ethics 2012; 6(20): 11-44. [In Persian]
22. Maaref M, Asadi F. Factors of achieving spiritual health from the perspective of Quran and Hadith. Islamic Insight and Education 2017; 14(41): 9-40. [In Persian]