

## سخن سردیبر

سلامت کیفیتی از زندگی است که تعریف آن مشکل و اندازه گیری واقعی آن تقریباً غیرممکن است. واژه سلامت مصدر و به معنی سالم بودن می‌باشد. لذا به ادراک، رفتار و پدیده‌ای سالم می‌گویند که کار خود را متناسب با آنچه برای او ایجاد شده است به خوبی انجام دهد. سلامتی و بیماری، فقط به شرایط فیزیولوژیک وابسته نیستند، بلکه بر افکار، هیجانات و انگیزه‌های فرد نیز وابسته‌اند.

معمولاً کسی را که بیماری جسمی نداشته باشد، سالم می‌نامند. در حالی که تعریف سلامت وسیع‌تر از این است. سازمان جهانی بهداشت در تعریف سلامت می‌گوید: سلامت عبارت است از تأمین رفاه کامل جسمی و روانی و اجتماعی و نه فقط نبودن بیماری و نقص عضو. به این ترتیب کسی را که بیماری جسمی نداشته باشد، نمی‌توان فرد سالمی دانست، بلکه شخص سالم کسی است که از سلامت روح نیز برخوردار بوده از نظر اجتماعی در آسایش باشد زیرا پژوهش‌های علمی نشان داده که ممکن است ریشه و علت بسیاری از ناتوانی‌های جسمی، نا بسامانی‌های فکری و عاطفی باشد مثلاً امروزه معتقدند که دلهره‌ها و ناراحتی‌های فکری می‌تواند عامل مهمی در ایجاد زخم‌های معده باشد. بعد چهارم سلامت که از چند دهه قبل مورد توجه سازمان بهداشت مجامع بین‌المللی قرار گرفته سلامت معنوی است. بنابراین سلامت بر مجموعه‌ای از مفاهیم زیستی- روانی- محیطی- معنوی وابستگی وجودی دارد.

معنویت و سلامت دو سازه چند بعدی با ماهیت پیچیده است که موضوعات مشترکی را هنگام بحث درباره ترکیب این دو مفهوم به شکل سلامت معنوی آشکار می‌کند. چهار بعد مطرح شده در تعریف سلامت معنوی عبارت است از پذیرش زندگی در ارتباط با خدا، خود، جامعه و محیط که کامل بودن فرد را پرورش داده و از آن تقدیر می‌کند. اگر چه برخی افراد که خود را معنوی می‌دانند، بر یک مذهب

رسمی صحنه نمی‌گذارند، مذهبی بودن و معنویت، مفاهیمی هستند که همپوشانی دارند. به صورت تجربی، هر دو جستجوی معنا و هدف، تفوق، اتصال و ارزش‌ها را ممکن است شامل باشند. در این نگاه، مذهبی بودن شبیه معنویت است. معنویت، برای افراد مختلف بسته به نگرش یا جهان‌بینی‌شان، معانی مختلفی دارد. در اینجا زندگی معنوی، لزوماً به معنای تعلق به یکی از ادیان نهادینه تاریخی نیست، بلکه به معنای داشتن نگرش به عالم و آدم است که به انسان آرامش، شادی و امید می‌دهد. در نظر اینان زندگی حتی بدون خدا یا روح می‌تواند معنادار باشد یعنی حتی با جنبه‌های مادی، هرچند ناچیز و کوچک می‌توان به زندگی معنا بخشید. معنویت یک جریان و رویکردی است که فرآورده آن کمترین درد و رنج است چرا که بزرگ‌ترین هدف انسان‌ها در زندگی، رسیدن به رضایت باطن است. از تعاریف فوق چنین استنتاج می‌شود که معنویت امری ظاهری و در سطح مظاهر محسوس از قبیل امید، آرامش و نشاط خلاصه شده است. مشکل چنین رویکردی که یک نگاه حداقلی به معنویت و سلامت معنوی است آن است که از پرداختن به اصل مسأله و ریشه معنویت عاجز است. این توصیه‌ها تنها ممکن است برخی از عوارض جانبی زندگی بی‌معنا را کاهش دهد و درد و رنج ناشی از آن را به ضمیر ناخودآگاه فرد منتقل سازد، ولی از پاسخگویی به عطش انسان برای یافتن معنای غایی زندگی ناتوان است. دیگراینکه، طرز تلقی‌ها نسبت به رضایت باطن یکسان نیست. آیا بدون توجه به هدف نهایی خلقت می‌توان از امور فوق تفسیر منطقی‌ارایه داد؟ از همین جاست که ادیان و حیانی بر هدف نهایی خلقت تأکید دارند، نه هدف‌هایی که افراد انسانی برای خود در نظر می‌گیرند. در آموزه‌های دینی، برای برخورداری از معنویت و زندگی معنادار، اولین شرط آن است که فرد همه اعمالش در زندگی را در راستای هدفی واحد تنظیم کند. در ادبیات قرآنی چنین معنای معقولی، فقط خداوند است. خداوند متعال به مثابه منبع و سرچشمه وجود و همه کمالات معرفی شده است و نزدیک شدن به او، هدف اصلی

آفرینش انسان شمرده شده است؛ جهان هدف‌دار سیر الی الحق دارد (اسراء/۴۴). هر آنچه بخواهند نزد پروردگارشان می‌یابند (زمر/۳۴). به واسطه او از هر رنجی رهایی می‌یابند (مائده/۶۹). انسان فطرتاً به کمال مطلق یا خداوند گرایش دارد (عنکبوت/۶۱). در مقابل، اگر این هدف شناخته نشود، یا نادیده گرفته شود، زندگی انسان دچار سردرگمی، اضطراب و پوچی خواهد شد؛ و هر کس به خدا شرک ورزد چنان است که گویی از آسمان فرو افتاده و مرغان شکاری او را می‌ربایند یا باد او را به جایی دور دست می‌افکند (حج/۳۱). اگرچه شرط اول زندگی معنوی در نگاه قرآن، در نظر گرفتن خداوند به عنوان هدف غایی است. لیکن شرط کافی نیست، بلکه انسان باید در ارتباط مناسب با خدا قرار بگیرد. رسیدن به این غایت یا معنا از نگاه قرآن فقط از جاده عبودیت امکان‌پذیر است. وما امروا الا ليعبدوا اله واحدا (توبه/۳۱).

بنابراین لازمه معنویت، برخورداری از زندگی معنوی است؛ فرد باید همه اعمالش در زندگی را در راستای قرب الهی قرار دهد؛ در حقیقت نماز و سایر عبادات من و زندگی و مرگ من، برای خدا پروردگار جهانیان است (انعام/۱۶۲).

توجه به معنویت موجب فعال‌سازی مسؤلیت‌پذیری شخص در دسته‌ای از اصول و باورهای مذهبی می‌شود که اثرات جسمانی نیز به همراه دارد. کنش‌های معنوی موجب افزایش سلامت اجتماعی شده و تعاملات اجتماعی را افزایش می‌دهد و حمایت اجتماعی را به عنوان یک منبع ارتقای سلامت جسمی فراهم می‌آورد.

آنچه در دو دهه آخر قرن بیستم برای روان‌شناسان و توده مردم محسوس بود کمبود یا نبود توجه مدل‌ها و مکتب‌ها در بعد معنوی انسان است. از این جا لزوم توجه به آموزه‌های دینی به خصوص قرآن کریم برای تأمین ابعاد سلامت مشخص می‌گردد. قرآن به عنوان کتاب راهنما و دستورالعمل زندگی بشررا هکراهایی را برای تأمین سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی ارائه داده است. آموزه‌های اسلام با تغییر و اصلاح شناخت و تفکر نسبت به جهان و تبدیل جهان بینی بشر به راهکارهای

شناختی جهان بینی الهی، بر نگرش انسان به مسائل زندگی، رفتار، عواطف و احساسات شخص تأثیر می‌گذارد که ایمان و توکل به خدا، رضا، مثبت اندیشی، امیدواری به زندگی، الگو قرار دادن پیامبر اسلام (ص) و ائمه معصومین سلام الله علیهم اجمعین و اعتقاد به معاد از نتایج آن می‌باشد.

سلامت معنوی در قرآن، با مفهوم «قلب سلیم» گره خورده است. این مهم نشان می‌دهد که قرآن فراتر از سلامت جسمی، روانی و اجتماعی، سلامت معنوی را در کانون توجه خود قرار داده است. با توجه به ماهیت انسان و معنای حیات در قرآن، سلامت معنوی، عبارت است از سلامت روح و جان آدمی، در عرصه معرفت و آگاهی (فعالیت درست عقل نظری و عقل عملی) با تکیه بر منابع صحیح شناخت (حس، عقل، شهود و وحی) و سلامت در عرصه رفتار، با هدف دستیابی به مقام قرب الهی و کسب سعادت دنیا و آخرت.

سلامت معنوی مورد نظر قرآن، افق جدیدی را مقابل محققان، استادان و متولیان حوزه بهداشت و درمان می‌گشاید تا حوزه سلامت را به جسم، روان و اجتماع و حتی سلامت معنوی مبتنی بر اومانیزم منحصر ندانسته، مسأله را متعالی‌تر و فراتر ببیند. به نظر می‌رسد سلامت معنوی وضعیتی است هدفمند و معنادار از حیات انسانی که حاصل اعتقاد فرد به قدرت لایتناهی الهی و ارتباط پویا با خود، دیگران و جهان پیرامون می‌باشد و منجر به ایجاد امید و رضامندی فرد می‌گردد.

سردبیر