

موضوع دین و سلامت روانی به‌طور خاص به تأثیر باورها، ارزشها، نگرشها، عملکردها، فعالیتها، برآیندها و احساسات مذهبی و دینی بر روند سلامت (اعم از روانی و جسمی) میپردازد. در عین حال، چهسا دینورزی و مخصوصاً ایمان و باور شخصی به معنویت میتواند حتی عامل پیشگیری از بسیاری بیماریها (خاصه افسردگی، استرس، اختلالات عصبی و...) شود. البته لازم به ذکر است که از لحاظ نحوه تأثیر گذاری، رابطه یکپهیک میان پدیدههای دینی و اختلالات حوزه سلامت (خاصه سلامت روانی و روحی) وجود ندارد. اما به یک معنا میتوان گفت که این پدیدهها میتوانند دستکم بستری ایجاد کنند که بیمار یا فرد مبتلا به اختلال روانی، بتواند فرایند درمان را با آسیب کمتری سپری کند. گفتنی است که موضوع تأثیر دینورزی بر سلامت یا به تعبیر کلیتر، رابطه دین و طبابت سابقهای طولانی در سنتها و فرهنگها و اقوام مختلف داشته و دارد. از دیرباز شمنها یا جادوگر پزیشان به شیوههای مختلف سعی در رفع بیماریهای جسمی و روحی مردم داشتند و غالباً این شیوهها لزوماً تجربی به معنای آزمایشگاهی امروز نبوده است. آنها هر نوع اختلال جسمی را ناشی از نوعی رسوخ یا ورود روح یا ارواح شریر در جسم آدمی قلمداد میکردند و به لطایف‌الجلی میکوشیدند تا آن روح شر را از جسم شخص بیمار بیرون برانند. اما امروزه با پیشرفت پزشکی و توسعه شیوههای درمان، نوع نگاه به بیماری بسیار متفاوت شده است. بیماریهای روانی از بیماریهای جسمی و نوع درمانی که برای آنها تجویز میشود، نیز تفاوت دارد، هرچند برخی بیماریها و اختلالات حاصل تأثیر و تأثر جسم و روح و یا ذهن و بدن است که علاج آنها فینفسه مستلزم به کارگیری روشهای ترکیبی است. دین ابعاد مختلفی دارد از جمله معنویت، باور، ارزش، اخلاق، شعائر و مناسک، دعا و بسیاری دیگر. هر یک از این ابعاد بهنوبه خود در زیست روانی سالم مؤمن تأثیر گذارند. پیچیدهتر شدن زندگی در پی توسعه تمدن و صنعتی سازی سبب شده است تا اختلالات روحی روانی دوشادوش مشکلات جسمی افزایش یابند؛ هرچند علایم اینگونه بیماریها در کوتاهمدت مانند بیماریهای جسمی، محسوس و ملموس نیست، اما تأثیرات درازمدت آنها عمیقتر و چهسا که جبرانناپذیرتر است. در اینکه چه شکلی از دین میتواند به ارتقای سطح سلامت روانی در جامعه کمک کند در میان دانشمندان مختلف (اعم از الهیدانان، روانشناسان، محققان علوم تجربی و پزشکان) اختلاف نظر وجود دارد. اما نکته حایز اهمیت آن است که هر شکلی از دین را که در نظر بگیریم، باید بتواند عوامل کاربردی در سلامت (اعم از روانی و جسمی) را تأمین کند از جمله ارتقای امید، رضایتمندی از زندگی، بهجت و شادی، تحمل، خوشبینی، احساس مثبت و مهمتر از همه معنا. شخصی که سلامت روانیاش آسیب دیده باشد، قدر مسلم یکی از موارد فوق را از دست داده است یا بدان توجه ندارد.

از سوی دیگر، متأسفانه دانش روانشناسی امروز دین را در سطح یک دارو برای پیشگیری یا درمان مشکلات و اختلالات روانی یا روانتنی فروکاهش داده است. دین پیش از آنکه شیوه درمانی باشد، عامل بازدارنده و پیشگیری است و این خاصیت نه تنها در حوزه سلامت فردی، بلکه در زمینه بسیاری از آسیبهای اجتماعی نیز مطرح است. از این لحاظ، دین یک ویژگی حمایتگرانه و پشتیبان دارد. دینورزی به صورت شخصی یا جمعی، شرکت در فعالیتها و مراسمهای مذهبی، داشتن دوستان متدین، مطالعه متون مقدس، رعایت اخلاق دینی، زیارت اماکن متبرکه، تهیه لوازم و اشیای مرتبط با دینورزی (لباس، لوازم ویژه عبادت و مناسک دینی و غیره) اندیشیدن به موضوعات و مسائل دینی و مفاهیم مقدس، مراقبه، ذکر، دعا (برای خود و دیگران) همه و همه در ایجاد، حفظ و گسترش یا ارتقای سلامت روانی برای تمامی گروههای سنی مؤثر است. برخی از مطالعات به ابعاد منفی تأثیر دین بر سلامت روانی اشاره کردهاند اما غالب تحقیقات کوشیدهاند بهدردستی جوانب مثبت و تأثیر گذار دین بر حوزه سلامت را با روشهای تجربی و علمی انعکاس دهند.

مقالات مجموعه حاضر عموماً به بیان نظریات و تحقیقات مربوط به تأثیر دین بر سلامت روانی از چشمانداز کلی پرداختهاند. کریستوفر ایسون دین و سلامت روانی را از دریچه عوامل استرسزا بررسی کرده است. او در مقاله خود ضمن تعریف فرآیند استرس، به منابعی اشاره میکند که دین برای مواجهه و فایق آمدن بر استرس در اختیار دارد. جف لوین میکوشد الگویی برای خاصیت شفابخشی ایمان ارائه دهد و در این راستا از پنج مکانیسم مختلفی سخن میگوید که فرآیند شفا را تسهیل میکنند. لری کالیفورد معنویت را کلیتر و بالطبع مؤثرتر از شکل رسمی دین تلقی میکند و ضمن تعیین اشکال و معانی مختلف این مفهوم به توان تسهیل و تسریع روند بهبود بیماری و اختلال روانی میپردازد. او در ادامه به تأثیر معنویت بر بیماریهای غالب از جمله افسردگی، اضطراب، رنج و شیزوفرنی میپردازد. کونیک در مقاله «نظریه و پژوهش درباره دین و سلامت روانی» نخست به توصیف مدل‌های مفهومی و نظری از دین و سلامت روانی مورد استفاده در این حوزه میپردازد. سپس پژوهشهای تجربی انتشار یافته در این زمینه را به اختصار می‌آورد. نو سنده مقاله «معنا در خدمت سلامت» ضمن تعریفی از معنا و سلامت روانی به تأثیر، جاگاه و پدیدههای معنادرمانی در حوزه سلامت مپردازد.

معنادرمانی به مثابه مکتب سوم روانپزشکی از اراده معطوف به معنا سخن می‌گوید که از ویژگیهای کمال عقل است. این

مکتب بر دو خصوصیت دوری از خود و فراروی از خود تاکید می‌کند؛ دوری از خود این امکان را می‌دهد تا شخص از خود فراتر رفته و بر خود تمرکز کند. این کار سبب می‌شود تا شخص تلقی‌ای نسبت به جهان و خود مرکب از ذهن و بدن پیدا کند. و از این طریق می‌تواند پاسخی برای هر نوع درد اجتناب‌ناپذیر پیدا کند. نویسنده در ادامه معتقد است معنادرمانی به خاطر جهت‌گیری کل نگرانه‌اش، می‌تواند در طیف وسیعی از رشته‌ها (از پزشکی، مشاوره، و مراقبت‌های درمانی گرفته تا علوم تربیتی و مدیریت) به‌کار گرفته شود. به علاوه، این مقوله می‌تواند در تمام حوزه‌ها و زمینه‌های زندگی نیز به‌کار گرفته شود آنچنان که می‌توانیم از طریق آن استعدادهای بالقوه خود را تحقق بخشیم. مقاله «تحلیل انتقادی د ن و سلامت روانی» به بررسی نقادانه دانش موجود در حوزه تأثیر د ن نورزی بر سلامت روانی م پردازد و ن ز مسائل مربوط به روششناسی در ا ن زمینه را بررسی م کند.

علی رضایان