**ارتباط بین سلامت معنوی با طول عمر بیشتر و مراجعه کمتر به بیمارستان**

رئیس پژوهشکده علوم غدد درون ریز و متابولیسم با بیان اینکه سلامت انسان فقط در سلامت جسمی، روانی و اجتماعی خلاصه نمی‌شود، تاکید کرد: باید بدانیم سلامت معنوی بر سایر ابعاد سلامت تأثیرگذار است و پژوهش‌ها دردهه‌های اخیر به خوبی نشان داده که افرادی که توجه بیشتری به امور معنوی دارند، مراجعات بیمارستانی کمتری داشته و 1.5 برابر کمتر به بیماری جسمی مبتلا می‌شوند و در صورت ابتلاء به بیماری آرامش بیشتری حین آن دارند.

دکتر فریدون عزیزی مولف کتاب دانشنامه سلامت معنوی اسلامی، به مناسبت ماه مبارک رمضان در گفت وگو با ایسنا، اظهار کرد: بیماری پرفشاری خون، افسردگی، بیماری‌های قلبی عروقی، خودکشی، اعتیاد و انحرافات جنسی در افراد با معنویت بالا شیوع کمتری داشته و نیز وضعیت تغذیه، شادی، سلامت روانی و سلامت اجتماعی بهتری را دارا می‌باشند و طول عمر بیشتری دارند. به همین لحاظ در اکثر دانشکده‌های پزشکی کشورهای توسعه یافته دروسی تحت عنوان سلامت معنوی تدریس می‌شود.

وی اضافه کرد: سلامت معنوی بهترین بخش از سلامت انسان است که ورای جسمیت و ماده بوده و نشان دهنده داشتن معنویت، ارتقاء و تکامل بعد والای انسانی یعنی نفس انسان است و غفلت از آن، ناکامی در دستیابی به سلامت کامل را به دنبال خواهد داشت.

وی با بیان اینکه سلامت به معنای سالم بودن و از ریشه سلم است، تصریح کرد: قدما طب سلامت را به کارکرد طبیعی اعضاء بدن و عدم مرض تلقی می‌کردند ولی امروزه تعریف سازمان بهداشت جهانی در خصوص سلامت، گستره بیشتری را لحاظ کرده و فقط شامل عدم بیماری و نقص عضو نیست بلکه "تامین رفاه کامل جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی" را شامل می‌شود.

وی خاطرنشان ساخت: جسم انسان، مدبری به نام نفس دارد. توبه‌ها و انابه‌ها و خدمات انسانی و ایثارها از جسم برمی‌خیزد و به اعتلای روح می‌انجامد، لذا اعمال و رفتار ما تاثیر مستقیم بر سلامت معنوی می‌گذارد. به این ترتیب که اعمال نیک موجب تعالی روح و اعمال زشت ناپاکی روح را در پی خواهد داشت.

دکتر عزیزی با ذکر این نکته که مقصود از خلقت و فلسفه بعثت انبیاء، تکامل انسان است تا او را از نفس اماره به نفس مطمئنه برساند، بر اصالت سلامت معنوی بر سایر ابعاد سلامت تاکید کرد و افزود: سلامت معنوی اولین شرطش باور به قدرت مافوق امور جسمی است که در ادیان الهی سلامت معنوی با باور به خداوند حاصل می‌شود. در اسلام به واسطه وجود جامع‌ترین تعریف وجوه توحید، شامل توحید ذاتی، صفاتی و افعالی، سلامت معنوی باید با باور به ذات الهی و ارتباط با خالق هستی حاصل شود.

وی توضیح داد: چنانچه فردی به وحدانیت خداوند ایمان داشته باشد در کنار اعتقاد به معاد به عنوان رکن اصلی از طریق تقوی، دعا، عبادت و رعایت شعائر دینی می‌تواند به سلامت معنوی دستیابی پیدا کند.

این استاد پیشکسوت دانشگاه اضافه کرد: در سلامت معنوی موضوع به همین جا خاتمه پیدا نمی‌کند بلکه طبق سیره پیامبر اکرم (ص) اعتقاد الهی باید به هدفمندی در زندگی و آرامش و راحتی در وجود انسان بیانجامد. تجلی این آرامش و طمانینه در رفتار فرد نه تنها با آحاد جامعه، بلکه با سایر موجودات و طبیعت نشانه توفیق در این مسیر بوده و عدم وجود آن نشانگر ناکامی در کسب سلامت معنوی است. لذا اتصال چنین انسانی با سایر انسان‌ها با عشق، اعتماد، درستکاری، صداقت و رعایت اخلاق، فداکاری و دلسوزی همراه خواهد بود. رافت به حیوانات و حفظ محیط زیست سالم از خصوصیات دیگر آنها است.

این چهره ماندگار علوم پزشکی با یادآوری اینکه ماه مبارک رمضان از ایامی است که رابطه معنوی با خداوند قوی‌تر می‌شود گفت: اگر افراد روزه‌دار واقعی بوده و در این ماه با آلودگی‌های نفس مقابله کنند، در پایان ماه رمضان نشانه‌های ارتقاء روح در رفتار ایشان حاصل می‌شود و در نتیجه ناملایمات بیرونی و حتی تهدیدات ابرقدرتها آرامش آنها را بر هم نخواهد زد.

دکتر عزیزی در بخش دیگری از این مصاحبه با ذکر اینکه داشتن قلب سلیم در دو جای قرآن تاکید شده به بیان حدیثی از امام جعفر صادق (ع) در خصوص این مفهوم که قلب سلیم، قلبی است که خدا را ملاقات کند در حالی که هیچکس غیر خدا در آن نباشد پرداخت و اضافه کرد: حاصل این سلامت معنوی همان حیات طیبه است که در قرآن آمده است "هر مومن چه مرد و چه زن، عمل صالح به شرط ایمان به خدا انجام دهد او را به زندگی پاک و پاکیزه حیات می‌بخشیم و اجری بسیار بهتر از عملی قبلی که می‌کردند به آنها عطا می‌کنیم" (سوره نحل، آیه ۲۹۷)

**جایگاه سلامت معنوی در نظام سلامت ایران**

دکتر عزیزی در خصوص جایگاه سلامت معنوی در نظام سلامت ایران، گفت: با توجه به اینکه این دروس تاکنون در برنامه آموزش پزشکی لحاظ نشده، ورود آن به نظام سلامت با دشواری‌هایی روبروست.

وی با اشاره به فعالیت‌های انجام شده طی سالیان اخیر در فرهنگستان علوم پزشکی، آشنایی دانشجویان پزشکی با این مقوله توسط وزارت بهداشت را گام نخست دانسته تا پس از آن ورود این سرفصل با کمک روحانیون در سطح اول پیشگیری به منظور کاهش بروز بیماری‌ها برنامه‌ریزی شود.

دکتر عزیزی در همین زمینه برنامه‌های جاری در اکثر بیمارستان‌های آمریکا و کانادا را توضیح داد و گفت: در این بیمارستانها از حضور روحانیون در جهت تقویت معنویت بیماران بستری، در صورت درخواست خودشان، استفاده می‌شود.

رئیس پژوهشکده علوم غدد درون‌ریز و متابولیسم یادآور شد: این امر در ایران به شکل سنتی توسط ارتباطات خانوادگی و با خواندن ادعیه توسط همراهان بیماران انجام می‌شود ولی روحانیون آموزش دیده مهارت بیشتری در این خصوص دارند و باید تمرکز بیشتری بر آموزش و پژوهش این مقوله در آینده صورت پذیرد.

وی با بیان اینکه حوزه‌های علمیه متولی اصلی ارتقاء سلامت معنوی در جامعه هستند، تاکید کرد: خود افراد باید در امور روزمره خود به مبداء هستی فکر کرده و خداوند را ناظر اعمال خود بدانند و چنانچه پزشک مسلمان حین انجام امور درمانی، باور به معاد را لحاظ نماید و خالق یکتا را در خدمات مراقبتی خود به بیمار ناظر بداند موجبات عزت و رضایت بیمار، پیشگیری از سهل انگاری را فراهم نموده و به ارتقاء سلامت معنوی بیماران نیز کمک می‌کند.

دکتر عزیزی در خاتمه با ذکر حدیثی از امیرالمومنین (ع) بر توجه به سلامت روح تاکید کرد و خطاب به دانشجویان پزشکی، خاطرنشان کرد: باید همواره شکرگزار خداوند باشند که با توجه به حدیث نبوی "العلم علمان، علم الادیان و علم الابدان"، به تحصیل یکی از دو علم برتر عالم هستی مشغول هستند و صاحبان حرف پزشکی نیز اشتغال به حرفه مقدس پزشکی را موهبتی بدانند و هر قدمی را که برای تبحر بیشتر و مراقبت‌های بیماران برمی‌دارند جزئی از عبادت برای تقرب به خدا حساب کنند و بدانند که هدف این علم خدمت رسانی به اشرف مخلوقات در راستای توانمندی آنها است تا بتوانند با استفاده از قوای تن و اعمال صالح، موجبات تقرب خود به خالق یکتا را فراهم کنند.