

# نقش ایمان در شفای بیماران

دلایل جدید، باورهای دیرین را استحکام می‌بخشد

مترجم: امیردیوانی

منبع:

READER'S DIGEST, OCT. 1988

"یا من اسمہ دواء و ذکرہ شفاء"  
پزشکان می‌گویند: "دوا با ما و شفا با  
خداست."

دلایل جدید، باور دیرین را استحکام  
می‌بخشد

یک پزشک خانوادگی جوان به نام "هارولد کونینگ" برای بررسی وضع عمومی بیمار خود خانم "رز" که به خاطر جراحی لگن خاصره‌اش به مدت یک ماه در بیمارستان بستری بود، به عیادت وی رفت. همسر خانم "رز" بر اثر سکتۀ ناگهانی مغزی چشم از جهان فرو بسته بود و او در آیین تشییع جنازۀ شوهرش روی یخ سرخورده و لگن خاصره‌اش شکسته بود. جراح درباره‌ی مریض خود به دکتر "کونینگ" چنین هشدار داد: "وی از لحاظ روحی بسیار آسیب‌پذیر است."

دکتر "هارولد کونینگ" نیز نظر پزشک جراح را تأیید کرد و گفت: "کسی نمی‌تواند از عهده‌ی این همه دشواری برآید. این گونه



را به دست آورد، پزشک مزبور به نیروی ژرف ایمان بی برد و دانست که داشتن چنین ایمانی چه پیامدهای مثبت و مؤثری در بهبود بیماری‌های جسمی دارد.

پزشک مورد بحث به بیماران دیگری هم برخورد که مدعی بودند مذهب و باورهای دینی به آنها یاری کرده تا با مشکلات زندگی دست و پنجه نرم کنند و در ضمن امراض جسمانی شان هر چه سریع‌تر بهبود یابد.

امروز دکتر "کونینگ" ۴۶ ساله استادیار رشته روان‌پزشکی دانشگاه "روک" و یکی از پیشتازان مطالعه علمی در زمینه "توان شفابخشی ایمان" است. گروهی از پژوهندگان تحت سرپرستی او از سال ۱۹۸۴ در مورد افزون بر هزار بیمار بررسی نموده و به این نتیجه رسیده‌اند که ایمان مذهبی نه فقط سبب تندرستی کامل جسم بشر می‌شود، بلکه به رهایی از امراض وخیم و خطرناک هم کمک می‌کند.

دکتر "کونینگ" چنین خاطر نشان می‌کند: "شخص می‌تواند از طریق دعا و راز و نیاز با پروردگار، به شیوه‌ای غیرمستقیم، بیماری‌اش را مهار کرده، بر آن مسلط شود." افراد با ایمان باور دارند که در رویارویی با دشواری‌های زندگی تنها نیستند و ایزد مهربان بدانان علاقه و توجه دارد. همین اعتقاد، آن‌ها را علیه انزوای روان‌شناختی، که شمار زیادی از مبتلایان به امراض خطرناک را از پای در می‌آورد، ایمن می‌سازد.

به عنوان مثال دکتر "کونینگ" با مطالعه‌ای که بزوی ۴۵۵ نفر بیمار کهنسال و بستری شده در بیمارستان انجام داد، دریافت اشخاصی که هفته‌ای بیش از یک بار به کلیسا می‌رفتند، به

مصیبت‌های ویرانگر زندگی قادر است فرد را چنان افسرده و مأیوس کند که حتی امید به بهبود حال را نیز از او بگیرد. "ولی هنگامی که "کونینگ" به اتاق "رز" گام نهاد، او شادمانه سلام کرد و پرسید: "آقای دکتر، چه کاری از دستم ساخته است که برایتان انجام دهم."

دکتر "کونینگ" به دنبال نشانه‌های آشکار افسرده دلی مثل خستگی، چشم‌های بی‌فروغ یا سرخ شده از شدت گریه و عدم تمرکز درونی می‌گشت، اما هیچ یک از این علائم در وجود آن زن نبود. البته "رز" باور داشت که روزهای سخت و غمباری را گذرانیده، لیکن امیدوار بود که بتواند هر چه زودتر به مابقی افراد خانواده‌اش بپیوندد و بقیه دوران زندگانی‌اش را در کنار آنان بگذراند.

دکتر "کونینگ" فکر می‌کرد که شاید "رز" ظاهراً از خود پایداری نشان می‌دهد، ولی وقتی که با وی بیشتر صحبت کرد، دریافت که وی واقعاً خیلی خوب توانسته از عهده سختی‌ها برآید و خودش را با زندگی دمساز کند. او از "رز" پرسید: "رمز کار شما چیست؟" "رز" جواب داد: "اگر من یک روز چشم از خواب بگشایم و خود را تنها و بیمناک احساس کنم، فوراً به سراغ کتاب مقدس می‌روم و یا با پروردگارم به درد دل می‌نشینم. خدا پیوسته با ماست. حتی موقعی که عزیزانمان نیز رفته و تنهایمان گذاشته باشند؛ پروردگار در کنارمان است و ما را رها نمی‌سازد. این مهم‌ترین عامل پیوندی است که مرا به ادامه زندگانی امیدوار می‌سازد."

دکتر "کونینگ" به شدت تحت تأثیر قرار گرفته بود، ولی زمانی که بیمار یاد شده از لحاظ جسمی هم به زودی بهبود یافت و سلامت خود

که ۱۶ سال در مناطق جمعی زندگی می‌کردند نیز این نتیجه را به دست داد که افراد مذهبی ۴۰ درصد کمتر از افراد غیرمذهبی، بر اثر بیماری‌های قلبی - عروقی و سرطان جان می‌بازند.

● پژوهشگران دانشگاه "یل" [ امریکا ] نیز ۲۸۱۲ نفر را مورد بررسی قرار دادند و پی بردند سالمندانی که هرگز به کلیسا نمی‌رفتند یا خیلی کم در مراسم دعا و نیایش شرکت می‌جستند، تقریباً دو برابر بیش از آنانی که هر

طور متوسط چهار روز در بیمارستان بستری می‌شدند، اما کسانی که به ندرت به این کار می‌پرداختند و یا هیچ‌گاه به کلیسا قدم نمی‌گذاشتند، زمان بستری شدنشان در بیمارستان به ۱۰ تا ۱۲ روز می‌رسید.

در آغاز، موقعی که "کونینگ" نتایج پژوهش‌های خویش را با همکارانش در میان گذاشت، عده زیادی از آنان در مورد صحت این موضوع تردید داشتند و ارتباط میان ایمان مذهبی و دانش پزشکی را نمی‌پذیرفتند، لیکن

دعاها و نیایش‌های پی در پی، تپش قلب و تنفس شخص را آرامش می‌بخشد. وانگهی این گونه اعمال روحانی باعث پایین آمدن فشار خون و کندی امواج مغزی، بدون استفاده از دارو و جراحی می‌شود.

هفته به عبادتگاه مسیحیان می‌رفتند، دچار سکنه مغزی می‌شدند.

#### وابستگی به خدا

دکتر "هربرت بنسون"، استادیار دانشکده پزشکی هاروارد در مطالعات خود به مورد تازه‌ای از ارتباط تن‌گیرشناسی (فیزیولوژی) بدن و نیروی شفابخش ایمان برخورد کرده و مدعی شده است که ۶۰ تا ۹۰ درصد بیمارانی که به پزشک مراجعه می‌کنند، گرفتار امراض ناشی از فشار روانی (استرس) هستند که شامل پرفشاری خون، ناباروری، بی‌خوابی و بسیاری از بیماری‌های قلبی - عروقی است.

پزشک یاد شده نشان داده است حالت و نهادگی و آرامشی که بعد از دعا، نماز و مراقبه (تأمل درونی) <sup>۱</sup> به شخص دست می‌دهد، از

در سال‌های اخیر دیگر پژوهندگان هم یافته‌های مشابهی را گزارش کرده‌اند. از این رو به تدریج پزشکان بیشتری به تأثیر ایمان مذهبی در شفابخشی بیماران پی برده‌اند.

استادان دانشکده پزشکی "دارت مورت" طی مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که احتمال جان سپاری بیماران در دوران نقاهت بعد از عمل جراحی، در صورتی که پیشینه انجام تلاش‌های دسته جمعی نداشته و در پناه دین و ایمان آرامش نیافته باشند، ۱۴ برابر فزوتتر از بقیه بیماران است.

● ۲۱ بیمار در خلال ۶ ماه پس از عمل جراحی جان باختند، لکن ۳۴ بیماری که به ادعای خودشان به شدت مذهبی و مؤمن بودند، هیچ‌کدام نمردند و زنده ماند.

● مطالعه‌ای که بر وی ۳۹۰۰ نفر یهودی

عمونت‌های مزمن، مرض قند، سرطان و بیماری‌های قلبی - عروقی را افزون می‌سازد. دکتر "کونینگ" دریافته است که مقدار ماده مزبور در خون افرادی که خیلی کم به دعا و نماز رو می‌کنند، به مراتب بیش از افرادی است که مدام در این قبیل آیین‌ها شرکت می‌جویند. در واقع این حقیقت حاکی از آن است که افراد با ایمان و خدانشناس به خاطر دستگاه ایمنی قوی خود بهتر می‌توانند با تنش‌های موجود به مقابله برخیزند. دکتر "بنسون" در اثر خود تحت عنوان "شفای جاودانه" نگاشته است که مردم "پای‌بند خدایند." مطابق نظر وی، ما تنها موجوداتی هستیم که از فناپذیری خود آگاهیم و "میل طبیعی" به ابدیت داریم.

### دعا و دارو

در اوایل دهه ۱۹۸۰، یک متخصص جوان امراض داخلی به نام دکتر "دیل ای ماتیوز" با بیمار میانسال و با اراده‌ای مواجه شد که زندگی خویش را دگرگون ساخت. پزشک نامبرده قرار بود قلب بیمار وی را درمان کند. پیش از شروع معاینه، او رو به پزشک معالج کرد و گفت: "من یک مسیحی مؤمن هستم. اگر قرار است معالجه‌ام کنید، باید با من به دعا و راز و نیاز پردازید."

بدون شک خود دکتر "ماتیوز" هم خدانشناس بود، لکن هرگز از باورها و اعتقاداتش با بیماران سخن نمی‌گفت، ولی آن روز همراه با مریض خود مشغول دعا و نیایش شد. صدای مناجات بیمار در فضای اتاق معاینه طنین افکننده و پزشک یاد شده را شگفت زده کرده بود.

تأثیر هورمون‌هایی هم چون "نور آدرنالین" و "آدرنالین" می‌کاهد. دعاها و نیایش‌های پی در پی، تپش قلب و تنفس شخص را آرامش می‌بخشند. وانگهی این گونه اعمال روحانی سبب پایین آمدن فشار خون و کندی امواج مغزی، بدون استفاده از دارو و جراحی می‌شوند.

در ضمن فشار روانی (استرس)، دستگاه ایمنی بدن را وادار می‌سازد که عامل التهابی موسوم به "اینتر لوکین - ۶" را تولید کند و این ماده‌ای است که از طریق آسیب‌رسانی به دستگاه مزبور، امکان ابتلا به امراضی مانند



ساله‌ای موسوم به "ایمان و درمان" را برگزارد کرده‌اند. بنابر پیش‌بینی "کورسون" به زودی بررایی دوره‌هایی از این دست، در دانشکده‌های پزشکی امریکا متداول‌تر خواهد شد.

دکتر "دین اورنیش" که پژوهش مؤثرش در ایجاد شیوه‌های دسترسی به آرامش و گریز از فشار روانی (استرس) شهرت جهانی دارد، از مزایای سلامت بخش درمان توأم با دعا و نیایش دفاع می‌کند.

وی در تازه‌ترین و پرفروش‌ترین اثرش به نام "عشق و بیش زیست" ادعا می‌کند: "دستیابی به آرامش عاطفی به یاری شیوه‌های معنوی ممکن است تجربه‌ی نهایی شفا و بهبود به حساب آید."

به کارگیری دعا در درمان، سرگرمی دوران جدید نیست، بلکه مؤید بسیاری از نظریات کهن است که ما در حال کشف مجدد آنها هستیم.

کلیساهای امریکا نیز خدمات روحانی فراوانی برای بیماران و بومیان بستری در بیمارستان‌ها انجام می‌دهند و اکنون برای این منظور از وجود صدها پرستار ساکن در بخش‌ها سود می‌جویند. "سومونی" یکی از این قبیل پرستاران در ایالت "اوهايو" است. وی هر روز علاوه بر مراقبت‌های معمول پرستاری، در مراسم دعا و نیایش بیماران نیز شرکت می‌کند و معتقد است: "علم به این که مسائل بهداشتی آنها تحت نظر و مراقبت پرستار بخش است، خود به خود مایه‌ی تسلی خاطر است، لکن بیماران هم تماس شخصی و دعای مشترک را آرام‌بخش خویش می‌انگارند."

گرایش به دعا و نیایش توأم با دارو و درمان

"ماتیوز" امیدوار بود که کسی صدای آن دو را نشنود، زیرا بیم از آن داشت که همتایانش وی را فردی خرافاتی بدانند آن روز دکتر "ماتیوز" با این عمل، به بی‌تشن تازه و مهمی در زندگی‌اش دست یافت.

او برای نخستین بار پی برد که بیمارانش به واقع انسانی کامل است نه آمیزه‌ای از نشانه‌ها و علامت که "موردی" از بیماری را به وجود می‌آورند.

این روزها هر وقت که "ماتیوز" بیمار خود را معاینه می‌کند، به دقت به حرف‌هایش گوش فرا می‌دهد تا علایمی از پابندی‌اش به اصول مذهبی را دریابد. اگر بیماری بگوید: "امیدوارم خداکاری کند که نتایج آزمایشم خوب از آب در آیند"؛ "ماتیوز" می‌گوید: "بگوئید بیستم نظرتان درباره‌ی خدا چیست؟"

دکتر "ماتیوز" استادیار دانشکده‌ی پزشکی "جرج تاون" و نویسنده‌ی کتاب "عامل ایمان" معتقد است: "هر چند دعا و نیایش جای دارو و درمان را نمی‌گیرد، باید دانست که این دو لازم و ملزوم یکدیگرند."

### دگرگونی تازه

جامعه‌ی پزشکی به تدریج با پزشکان پیشروی هم چون "کونینگ"، "بنسن" و "ماتیوز" به توافق می‌رسد، این مسأله چنان اثری بر مجامع علمی و پزشکی امریکا بر جا نهاده که در حال حاضر در برنامه‌های رسمی آموزش متخصصان روان‌پزشکی این کشور، آشنایی با موضوعات روحانی و دینی را معمول و اجتناب‌ناپذیر می‌دانند.

در دانشکده‌ی پزشکی "جان هاپکینز"، دکتر "توماس ای کورسون" و همکارانش دوره‌ی سه

دیگر قلبی شود. آزمایش‌های دیگری که از وی به عمل آمد، نشان داد که او دارای هیچ نوع بیماری تاجی (اکلیلی) قلبی نیست، لیکن انجام کارهای سخت و توان فرسای روزانه و شب‌های پر از بی‌خوابی و نگرانی، او را در معرض حمله‌های بی‌امان هورمون‌های تنش‌زا قرار می‌داده است و دکتر "کیز" حس می‌کرد که وی بیشتر از لحاظ روحی بیمار است تا از نظر جسمی - بنابراین روزی از او پرسید: "می‌خواهی برای سلامتی‌ات دست به دعا بلند کنیم؟" آنان دست‌هایشان را به یکدیگر دادند، سرهایشان را خم کردند و چنین گفتند: "خدایا می‌دانیم که تو شفا دهندهٔ بیمارانی، پس عاجزانه درخواست می‌کنیم خواه‌رمان را بهبود بخشی."

در هفته‌های بعد، پس از هر بار معاینه آن دو با هم به نیایش پرداختند و امروز کمتر نشانه‌ای از مرض در وجود آن بیمار دیده می‌شود و حالش رو به بهبود کامل است.

آیا بهتر شدن حال بیمار مورد نظر پیامد معجزه‌ای بود یا صرفاً نتیجهٔ درمان هوشمندانهٔ روان‌شناختی؟

پزشک یاد شده را عقیده بر این است که: "زندگی بشر یکی از معجزات پروردگار است و خداوند، بیماران را به دست پزشکان شفا می‌دهد و از همین روست که پزشکان معتقدند: "دوا با ما، شفا با خداست."

مخصوص به مسیحیان نیست، بلکه پیروان سایر ادیان رسمی الهی نیز به این حقیقت پای‌بند هستند و از آن پیروی می‌کنند.

### عجاز یا درمان؟

خانم دکتر "آی‌ریس کیز" ۵۴ ساله، متخصص بیماری‌های داخلی و در ضمن کشیش کلیسایی در آفریقا است. هر چند او عقاید و باورهای مذهبی‌اش را به دیگران تحمیل نمی‌کند، همیشه به سخنان بیمارانش دربارهٔ اعتقادات دینی‌شان گوش فرا می‌دهد. بسیاری از آنان زنان سیاه پوست سالخورده و دچار پرفشاری خطرناک خون هستند. پزشک مذکور متعاقب سال‌ها تماس و شنیدن گفته‌های آنان در مورد باورهای دینی‌شان دریافته است که چنانچه دربارهٔ بیماران معتقد به مذهب، شیوه‌های علمی درمان را با دعاها و آرام‌بخش همراه سازد، به احتمال زیاد آنان تمرین‌های آرامش‌یابی، رژیم غذایی و دارویی و برنامه‌های حرکات ضروری و منظم را بهتر پیگیری می‌کنند.

چندی قبل این پزشک سرگرم درمان یکی از بیمارانش شد. او ۵۴ سال داشت و دچار حملهٔ قلبی شده بود. اگرچه مریض مورد نظر می‌دانست که لازم است برای تقویت دستگاه قلبی - عروقی‌اش، ورزش کند، می‌ترسید که مبادا این‌گونه حرکات ورزشی باعث بروز حملهٔ

### پی‌نوشت‌ها:

۱- مراقبه (تأمل درونی) (MEDITATION)؛ از روش‌های درمانی شرق که در غرب نیز جایی برای خود باز کرده و گزارش شده است که در رفع تنش و اضطراب مؤثر است.

۲- بیش زیست (SURVIVAL)