

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

سخن ماه

بزرگترین بیماری عصر ما!

خطری مهمتر از خطر بمب‌های اتمی جهان بشریت را
تمهید می‌کند!

* تعداد بیماران روانی کشور، در حال حاضر از ۴۰ هزار
نفر تجاوز می‌کند!

* ۲۲ درصد آنها را جوانان تشکیل می‌دهند!

* طی سی سال اخیر تعداد بیماران روانی ایران ۱۳ برابر شده
در حالی که تعداد بیماران روانی در آلمان در ۴۰ سال ۳ برابر، و
در آمریکا ۵ برابر گردیده است!

* آمار نشان می‌دهد که بیماران روحی بتدریج درزنها بنسبت
بیشتر از مردها می‌شود.

* مواد مخدره؛ موزیکهای تند، رقص‌های شلوغ
از عوامل مساعد کننده بیماری روانی است.

* فشارهای عصبی باعث بسیاری از مرگ‌ومیرهاست!

«جرائد»

* * *

هر روز اخبار و آمار وحشتناک تازه‌ای دربارهٔ توسعه بیماریهای روانی انتشار می‌یابد.
اینها زنگهای خطری است که هم اکنون بصدا درآمده و ما را از آینده تاریک و شومی که
جهان بشریت در پیش دارد آگاه می‌سازد.

در این آمار و اخبار تقریباً هیچ نقطه ابهامی وجود ندارد و حقایق تلخ زیر را روز بروز

آشکار تر میسازد :

۱ - علی‌رغم تلاشها و کوششهایی که در زمینه تقلیل بیماریهای عفونی و مشابه آن میشود و موفقیت‌های شایان توجهی که در این قسمت بدست آمده ، بیماریهای روانی روز بروز در حال توسعه و گسترش است ، تعداد بیمارستانها و بیماران روانی بیشتر ، و تظاهرات ناراحتیهای روحی زیادتر شده ، و بطور قطع میتوان گفت هیچگاه در دنیا این همه بیمار روانی وجود نداشته است !

۲ - طرز زندگی جدید بقدری اعصاب را کوفته و ناراحت میکند که اکثریت افراد را برای پذیرش بیماریهای روحی آماده میسازد .

۳ - این بیماریها متأسفانه در میان پسران و دختران جوان بسرعت توسعه می‌یابد و نیروهای فعال انسانی را بطرز بیرحمانه‌ای از کار میاندازد ، یا بصورت يك نیروی تخریبی بیرون می‌آورد .

۴ - بیماریهای روانی در شهرها بیشتر از دهات ، و در شهرهای بزرگ بیش از شهرهای کوچک است .

۵ - خطر بیماریهای روانی بدرجات از بیماریهای جسمی بیشتر و وحشتناکتر است ، و درمان آن نیز مواجه با اشکالات بیشتری میباشد .

اینها حقایق تلخ و ناگواری است که جهان امروز - با آنهمه پیشرفتهای علمی و صنعتی - با آن روبروست و بدبختانه هنوز راه چاره‌آسای برای آن نیاندیشیده است .
عسبانیتهای زیاد ، بیخوابیهای مفرط ، خودکشیها ، جنایات ، مظاهر روشنی از بهم خوردن تعادل روحی و پرورزی بحران شدید روانی در اکثر اجتماعات میباشد .

اهمیت این خطر هنگامی روشنتر میشود که بدانیم ناراحتیهای روانی منشأ بسیاری از بیماریهای جسمی و حتی ضایعات بدنی (مانند زخم معده و امثال آن) است ، زیرا تحقیقات دانشمندان ثابت کرده که بسیاری از بیماریهای جسمی عاملی جز فشارهای عصبی ندارد .

* * *

تنها روزنه امید

در میان تمام این اخبار ناراحت کننده فقط يك چیز مایه خوشوقتی و امیدواری است و آن اینکه عوامل این بیماری خطرناک کاملاً شناخته شده و چنانچه با برنامه وسیعی با آن مبارزه جدی شود ، امید نجاتی در بین هست ، ولی بدبختانه در شرائط کنونی ریشه کن کردن این عوامل نیز کار آسانی نیست .

و در هر حال امروز بر بطور قطع جزء عوامل اصلی این بیماری محسوب میشود :

تقریحات ناسالم - شب نشینی ها و شب زنده داربهای کثیف که با هزار گونه عوامل تحریک کننده اعصاب توأم است و از ارغمانهای تمدن کنونی میباشد بقدر کافی اعصاب را میکوبد و زمینه را برای ابتلاء باین بیماری فراهم می سازد ، سر گرمیهای ناسالم دیگری مانند انواع و اقسام «**قمار**» که میان بسیاری از طبقات معمول شده ، عامل مؤثری برای تخریب اعصاب و بیماریهای روانی است .

مواد مخدره - تمام اموری که مغز را تخدیر میکند و اعتدال طبیعی آنرا بهم میزند بهر شکل بهر صورت که باشد در ردیف عوامل اصلی این بیماریها بشمار میرود . این موضوع منحصر به تریاک و مرفین و سم خطرناک هر وئین نیست ، بلکه شامل کلیه اموری میشود که روی مغز و سلسله اعصاب اثر میگذارد و فعالیتهای عادی آنرا از کار میاندازد و با اصطلاح «تخدیر» میکند . خواه از طریق تزریق باشد مانند «**مرفین**» یا از طریق «تدخین» مانند «**تریاک**» ، یا از راه استنشام مانند «**هر وئین**» یا از راه خوردن مانند «**مشروبات الکلی**» و یا از راه گوش باشد مانند «**آهنگهای موسیقی**» (مخصوصاً آهنگهای تند مانند موسیقی جاز) .

تمام این امور در یکجهت مشترکند و آن تعطیل ساختن فعالیتهای مغزی و ایجاد یک نوع بی-حسی در سلسله اعصاب میباشد .

بدبختی اینجاست که این امور بر اثر اعتیاد تدریجاً اثر خود را از دست میدهند و معتادین مجبورند به موادی که اثر تخدیری آن بمراتب شدیدتر و مخربتر است پناه ببرند و باین ترتیب همیشه يك قوس صعودی خطرناکی را طی میکنند .

بهمین دلیل بدنبال مواد مخدره خفیه سابق، هر وئین که قدرت تخدیری و حشانتانگیزی دارد پیدا شد و اخیراً ماده فوق العاده وحشتناکی بنام «اس - ال - د» ساخته اند که میگویند تنها يك چمدان از آن میتواند يك جمعیت ۲۰۰ میلیون نفری (مانند ملت آمریکا) را بمدت یکروز تمام در حال تخدیر نگاهدارد و از کار بیاندازد .

زندگی ماشینی - زندگی ماشینی که زائیده تمدن صنعتی کنونی است با آنهمه سروصدا و قال و غوغا ، و آن شهرهای پر ازدحام و شلوغ ، با جمعیتهای فشرده و انبوه ، مانند پستی بر اعصاب انسانهای عصر ما وارد میشود و آرامش آنها را بکلی برهم میریزد و آنها را کاملاً مستعد بیماری روانی میکند .

انحرافات اخلاقی - دروغ ، تقاب - تزویر ، بدبینی و سلب اعتماد که امروز بر جوامع

بشری سایه شوم و سنگینی افکنده ، عامل بزرگی برای ایجاد ناراحتیهای عصبی است ، از کسانی که هرگز انتظار نداریم دروغ میشوند ، خیانت و پیمان شکنی مشاهده میکنیم ، تقلب و هزار گونه اعمال خلاف میبینیم ، مشاهده این امور اعصاب ما را دستخوش ناراحتی شدید و اضطراب میسازد ، و هر اندازه با اجتماع امر و زیسترسر و کار داشته باشیم میزان این ناراحتیها و نگرانیها زیادتر خواهد بود .

بدیهی است این اعصاب ظریف ما هرگز قدرت تحمل این همه ناملايمات را ندارد و دیر یا زود از پای در میآید .

از دست دادن پناهگاه معنوی - اگر انسان در برابر آن همه عوامل ناراحت کننده باز پناهگاهی که بتواند هنگام هجوم طوفانهای حوادث بان پناه ببرد ، داشت ممکن بود قسمت مهمی از این مشکلات را جبران کند .

ولی بدبختانه با تضعیف همسانی مذهبی و ایمان بخدا که بزرگترین مایه تسلی خاطر و مؤثرترین وسیله آرامش روان در برابر انواع مشکلات و گرفتاریهاست ، این پناهگاه مطمئن نیز از دست رفته و روان انسان امروز بدون هیچگونه وسیله دفاعی در برابر هجوم عوامل مخرب قرار گرفته ، و هر سال قربانیان بیشتری در این راه میدهد .



آیا میتوان با این بیماری خانمانسوز مبارزه کرد ؟
بدیهی است پاسخ این سؤال مثبت است ، زیرا هنگامیکه عوامل اصلی را شناختیم راه مبارزه روشن خواهد بود .

باید از مغزهای کثیف تمدن ماشینی را بدور ریخت ، و جنبه های مثبت را با دقت کامل از جنبه های منفی و غلط جدا نمود ، باید با مجالس شب نشینیها و هوسرانیهای بی حساب ، با مواد مخدره بهر شکل و بهر صورت ، و قمار و مانند آن شدیداً مبارزه کرد ، باید برنامه های وسیعی برای زنده کردن روح ایمان و اعتقاد بخدا ، و مبارزه با مفاسد اخلاقی تنظیم کرد ، و از کودکان و محیط فرهنگ تا محیط اجتماع آنرا گسترش داد .

باید فکر کنیم اگر تمدن مادی امروز با آخرین اوج ترقی برسد و همه کارها بوسیله ماشین های خودکار و تمام اتوماتیک انجام شود ، ولی اعصاب و روان آرامی که بتوانیم از مواهب زندگی استفاده کنیم نداشته باشیم ، آیا این طرز زندگی ارزشی برای ما خواهد داشت ؟