

قدرت شفابخش دعا

واژه نماز؛ واژه‌ای است پارسی که به معنای خم شدن و سرفرو آوردن برای ستایش و احترام.



واژه نماز؛ واژه‌ای است پارسی که به معنای خم شدن و سرفرو آوردن برای ستایش و احترام.

به تعریفی دیگر، نماز، واژه‌ای است از فعل «نمیدن» فارسی که معنی و مفهوم آن تعظیم کردن است. به روایتی دیگر، کلمه نماز از ریشه «نماچ» که در پارسی میانه یا زبان پهلوی زمان ساسانیان گرفته شده است. فعل «نماچ پورتن» به معنای نماز بردن و تعظیم کردن به کار رفته است؛ و قبل از آن در ایران باستان از ریشه «نم» به معنای خم شدن و سر فرو آوردن مشتق شده است. همه ما به نوعی دیده یا شنیده‌ایم که افرادی در اماکن متبرکه مانند امامزاده‌ها شفا یافته‌اند.

آیا فکر می‌کنید که داستان‌هایی از این قبیل نوعی توهّم یا خیالبافی است؟ نه اینطور نیست. هرازگاهی در دنیای پزشکی اتفاقاتی رخ می‌دهد که با علوم رایج نمی‌توان آن را توضیح داد و اغلب پزشکان با چنین وقایعی روبه‌رو شده‌اند.

از ابتدای خلقت بشر، انسان‌ها همیشه، سلامتی و تندرستی مطلوب و مراد خویش را از قدرتی معنوی و عظیم درخواست می‌کردند. دانشمندان علوم انسانی و انسان‌شناس‌ها معتقدند که نخستین انسان‌های با هوش اعمالی را به جا می‌آوردند که مانند عبادت انسان‌های امروزی است و قدمت دعا‌های نوشته شده به 5 هزار سال قبل برمی‌گردد. بسیاری از محققان دینی اذعان دارند که همه ادیان برای شفای جسم و روح، به نماز و دعا اعتقاد دارند.

در هنگام بیماری، پیروان همه ادیان دنیا برای درخواست بهبودی و شفای بیماران به نماز و عبادت و دعا رو می‌آورند. در بعضی ادیان هنگامی که برای عبادت خداوند، کلامی بر زبان جاری می‌شود، ممکن است به صورت سرود یا خطابه ایراد شود. عبادت‌کننده معمولاً به سوی مکانی خاص عبادت می‌نماید. مانند کعبه در دین اسلام. بعضی اوقات عبادت‌کننده برای ادای دین یا درخواست و حاجتی دست به دعا برمی‌دارد.

بعضی اوقات انسان برای درخواست راهنمایی و هدایت و برای درخواست بخشایش از خداوند به عبادت می‌پردازد. بنابراین می‌توان گفت که در کل مردم برای رضایت شخصی یا برای خاطر عزیزان و دیگر افراد دست به دعا بر می‌دارند. عبادت ممکن است فردی یا گروهی باشد و در خلوت یا اماکن مذهبی و عمومی صورت پذیرد. روش عبادت در مذاهب مختلف متفاوت است. به طور مثال، مسلمانان در روز 5 بار به سوی کعبه (خانه خدا) نماز می‌خوانند.

در پژوهش‌ها آمده است که عابدان واقعی در همه مذاهب تندرست‌تر از مردم عادی هستند، چون در سکوت به خواندن نماز و دعا و نیایش می‌پردازند یا به رازونیز می‌نشینند و آرامشی که به عبادت‌کنندگان دست می‌دهد، سبب کاهش فشار خون، هورمون‌های استرس و ضربان قلب می‌شود.

انسان‌های معتقد و روحانیون می‌گویند که هدف از عبادت و دعا این است که پیوند محکمی میان عبادت‌کنندگان و آفریننده جهان هستی برقرار شود و از طرف دیگر هنگامی که انسان‌ها گروهی عبادت می‌کنند، انرژی مثبت حاصله بیشتر روی عبادت‌کنندگان اثر می‌گذارد.

در تحقیقات متعددی که تاکنون صورت گرفته، چنین مشخص شده که اهمیتی ندارد که با چه دیدگاه یا چه اعتقاد و باوری به عبادت و دعا بپردازید، حتماً از این عمل سود و منفعتی حاصل شما می‌شود، حتی اگر همانی نباشد که انتظارش را دارید. برای کسانی که به عبادت و دعا اعتقاد ندارند یا اعتقاد ضعیفی دارند، جالب توجه است که بدانند عبادت نیروی انسان را افزایش می‌دهد و قوه خلاقیت و مولد و مؤثر بودن بعضی از افراد را افزایش می‌دهد.

پژوهشگرانی که در زمینه عبادت به تحقیق برخاسته‌اند اکثراً روی اثرات عبادت روی افراد بیمار تمرکز کرده‌اند. تأثیر این روش‌ها تنوع نوع عبادت را نشان می‌دهد که هر یک به منظور ویژه‌ای برگزار می‌شود.

این باورها ممکن است به این صورت‌ها باشد:

1- مخلوق بتواند با خالق گفت‌وگو کند.

2- خالق هستی از عبادت مخلوق خود خشنود است.

3- بدین‌منظور عبادت می‌کنند که فرد قدم در راه بهبود ذهنی و روحی گذارد یا اینکه جامعه راه خود را به سوی تعالی و رشد پیدا کند.

در پژوهش‌ها چنین ادعا شده است که آن بیمارانی که گروهی برای بهبود آنان دست به دعا برداشتند، سریع‌تر بهبود پیدا کردند. گرچه منتقدان معتقدند که علم اصول و روش‌شناسی چنین پژوهش‌هایی کامل نیست و معایبی دارد و زمانی که کنترل‌های بیشتری را در نظر می‌گیرند نتایج حاصله محو و کمرنگ می‌شود. در سال 1988 در یکی از این پژوهش‌ها که توسط راندولف بیرد، متخصص قلب اهل سان‌فرانسیسکو انجام گرفت او از گروهی درخواست کرد که برای 192 نفر بیمار بستری در بیمارستان دعا کنند و آنان را با یک گروه 201 نفره که جز دعا شوندگان نبودند، مقایسه کرد. در طول این پژوهش هیچ‌یک از پزشکان نمی‌دانستند کدام بیمار در کدام گروه قرار گرفته‌اند. نتیجه این بود کسانی که جزو گروهی بودند که برایشان دعا شد،

نسبت به گروه دیگر کمتر به دارو و سایر لوازم پزشکی نیاز پیدا کردند.

عده‌ای از پژوهشگران که این فرضیه را مورد انتقاد قرار داده‌اند می‌گویند چگونه ممکن است که دعا کردن برای شفای بیمارانی که دعاکننده نمی‌شناسد و دعاشونده هم نمی‌داند که برایش دعا کرده‌اند، روی شرایط سلامتی بیمار اثر بگذارد. این روش یکی از قدیمی‌ترین، بزرگ‌ترین و رایج‌ترین روش بهبود بیماران روی زمین است. به‌طور مثال در کلیسای کاتولیک دعا برای شفای بیماران یکی از بخش‌های همیشگی عبادت نمازگزاران است و اغلب افرادی که در این مراسم شرکت می‌کنند از حاضرین درخواست می‌کنند که برای سلامت کسی که بیمار یا در بیمارستان بستری است، دعا کنند. در دین یهود، دعا برای شفای بیماران، بخشی از عبادت‌های روزانه پیروان این آیین است و نمازگزاران یا خود هنگام دعا نام فرد بیمار را بر زبان می‌آورند یا اینکه از خاخام (روحانی یهودیان) درخواست می‌کنند که نام بیمار را ذکر کند. مسلمانان نیز به این مسئله اعتقاد دارند که نماز خواندن و ذکر دعا، سبب شفای بیماران می‌شود. رایج‌ترین دعا، دعای (امن یجیب المضطر اذا دعاه. سوره نمل آیه 61) است که هنگام بیماری بر زبان مومنین جاری می‌شود.

بعضی عقیده دارند که دعا ممکن است استرس بیمار را کم کرده و سیستم ایمنی بدن او را تقویت کند. پژوهشگران دانشگاه 748 بیمار قلبی را که در بیمارستان تحت‌معالجه قرار گرفته بودند را مورد مطالعه قرار دادند. سپس قرار گذاشتند که گروهی از پیروان ادیان مختلف در بیرون از بیمارستان برای نیمی از بیماران دعا کنند. نه بیماران و نه پزشکان معالج آنها نمی‌دانستند که برای چه کسی دعا می‌شود. بیماران نیز اطلاعی نداشتند زیرا محققان می‌خواستند که اثرات دعا را از داروهای تجویز شده تفکیک کنند.

مراسم دعا به روش سنتی هر آیین و مذهبی، به مدت 5 تا 30 روز انجام گرفت. به عبادت‌کنندگان، نام، سن و نوع بیماری فرد بیمار گفته شده بود. به مدت 6 ماه این گروه تحت نظر قرار گرفتند. پس از این مدت 90 درصد بیماران اظهار داشتند که در این مدت، شخص یا اشخاصی برای سلامت آنان دعا می‌کردند.

تقریباً تمامی انسان‌ها در هنگام بیماری رو به درگاه خالق یکتا می‌آورند. در پژوهشی پژوهشگران گروه 400 نفره را که دچار بیماری قلبی بودند در نظر گرفتند که تحت نظر 2 گروه دعاکننده و گروه کنترل باشند. نه بیمار و نه پزشک معالج او نمی‌دانستند که بیمار در کدام گروه قرار دارد. پس از اتمام دوره مشاهده شد که بیمارانی که تحت نظارت گروه دعاکننده قرار گرفته بودند در شرایط جسمانی بهتری قرار گرفته‌اند به‌طوری که نیاز آنان به آنتی بیوتیک کاهش پیدا کرد و کمتر به بیماری ورم ریوی دچار شدند. در تحقیق دیگر، محققان اثر دعا از راه دور را مورد بررسی قرار دادند. پژوهشگران فعالیت الکتریکی مغز و سطح بدن بیمار را کنترل و اندازه‌گیری کردند و در یافتند در بیمارانی که برایشان دعا شده، این فعالیت در مقایسه با کنترل اولیه اصلاح شده است.

مطالعات علمی

بعضی انتقاد می‌کنند که آیا با مطالعات و پژوهش‌های علمی می‌توان از صحت و سقم اثر دعا اطلاع پیدا کرد. پژوهشگران در این باب می‌گویند: ممکن است نتوان به‌طور دقیق اثر دعا را روی دستگاه اندازه‌گیری فشار خون مشاهده کرد اما اظهارات بیماران خود بیانگر وضعیت آنهاست.

اغلب می‌گفتند که پس از دعا احساس بهتری داشتند، بعضی می‌گفتند که بهتر نفس می‌کشیدند. یکی از بیماران که عمل پیوند کبد روی او انجام شده بود در پاسخ به این سؤال که آیا دعا در بهبود او مؤثر بود گفت همه دعاها نوعی احساس آرامش به انسان منتقل می‌کند، من احساس می‌کردم یک پتوی گرم به دور ما کشیده‌اند و به ما می‌گویند که شما خوب می‌شوید! دعا مثل ذکر است که کلماتی را می‌گویند اما ذکر با ورد فرق دارد. ذکر به فکر نزدیک‌تر است و به دل نزدیک می‌شود. اگر ذکر زبانی باشد و به دل نزدیک نباشد، ورد است اما ذکر هم زبانی می‌تواند باشد و هم به دل نزدیک است و هم به فکر. باین تفسیر بهترین راه این است هر دعا و ذکر از صمیم قلب درباره مومنی یا نیازمندی گفته شود تا فرد یا افراد مورد نظر از اثرات مثبت آن بهره‌مند شوند. همه دست به دعا بر می‌دارند و از نیروی برتری که به آن اعتقاد دارند مدد می‌خواهند. یکی از رایج‌ترین روش‌های درمان در کنار مداوای پزشکان دعاست. انسان‌ها بیشتر از آنکه سراغ طب سوزنی، مکمل‌های غذایی یا ویتامین‌ها بروند به دعا و نماز پناه می‌برند.