Journal of Spiritual Health
2023, Volume 2, Issue 1
Pages: 50-57
10.30491/JSH.2.1.50

Why and How Spiritual Health Affects Physical Health based on Alavi's Philosophy and Wisdom

Ali Fazli [1*]

[1] *Department of Mysticism, Research Institute of Wisdom and Religion, Institute of Islamic Culture and Thought, Qom, Iran*

Abstract

Within the view of philosophy and religion, spiritual medicine is responsible in the role of maintaining spiritual health, in the same way physical medicine is responsible for maintaining physical health. But does spiritual health effects one's physical health? Does spiritual medicine play a role in physical health? First, we should discuss the effects of the soul on the body from a philosophical point of view pointing at how the soul and the body are one, and elaborate on the extent of the soul's influence on the body from the point of view of Islamic philosophy. By examining the relationship between the soul and the body in spiritual medicine and physical medicine, we would be able to understand the role spiritual medicine plays in physical medicine. Then afterward, we would explain the evidence for the effects of spiritual health on physical health in the Qur'an and the Sunnah. There is evidence of two kinds: The general evidence; in the sense of how piety affects physical health and the treatment of bodily and physical disease. The partial evidence; like the effect of jealousy on one's body and how it correlates to disease.

Keywords: Spiritual Health, Physical Health, Philosophy, Wisdom.

[*]Corresponding author: **Ali Fazli,** Email: fazliamoli99@yahoo.com

Received: 23 March 2023 **Accepted:** 29 May 2023

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

مجله سلامت معنوی
دوره ۲، شماره ۱، بهار ۱۴۰۲
صفحات: ۵۷-۵۰
10.30491/JSH.2.1.50

چرایی و چگونگی تأثیر سلامت معنوی بر سلامت جسمانی بر پایهٔ فلسفه و حکمت علوی

علی فضلی [۱*]

[۱] *گروه عرفان، پژوهشکده حکمت و دین پژوهی، پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، قم، ایران*

چکیده

از نگاه فلسفی و دینی همچنان که سلامت جسمانی بر عهدهٔ طب جسمانی است، سلامت قلبی و معنوی بر عهدهٔ طب روحانی است. لیک پرسش این است که آیا سلامت معنوی بر سلامت جسمانی تأثیر دارد و در نتیجه طب روحانی در سلامت جسمانی نقش‌آفرین است؟ برای پاسخ نخست باید از منظر فلسفی به ملاک تأثیر نفس بر بدن دست یافت؛ دوم از منظر طب سنتی و طب نوین به چگونگی این تأثیر دست یافت؛ سوم نیز باید بر پایهٔ روایات علومی به این تأثیر رسید و شواهدی از آن را به دست داد. این مقاله، از سه روش در سه ساحت بهره برد: یکی روش فلسفی، دوم روش طبی و تجربی و سوم روش نقلی و اجتهادی. با توجه به آن که نفس و بدن ارتباط وجودی دارند، نخست به چگونگی تأثیر نفس بر بدن از نگاه حکمای مشاء، حکمای اشراق و حکمای متأله پرداخت. پس از آن حلقهٔ ارتباطی نفس و بدن که در طب سنتی روح بخاری و در طب نوین دستگاه عصبی و هورمون‌ها هستند، مورد بررسی قرار داد و از این طریق نقش طب روحانی در طب جسمانی را روشن نمود. آنگاه از کتاب و سنت بویژه احادیث علوی شواهدی بر تأثیر سلامت معنوی بر سلامت جسمانی ذکر نمود. البته این شواهد بر دو قسم هستند: اول شواهد کلی که به تأثیر کلی سلامت معنوی بر سلامت جسمانی و سقامت معنوی بر سقامت جسمانی و سلامت معنوی در درمان سقامت جسمانی اشاره دارند. مانند تقوای دل عامل تندرستی و شفای بیماری تن است. دوم شواهد جزیی که به سلامت‌های جزیی یا بیماری‌های جزیی اشاره دارند و از تأثیر بیماری خاص معنوی بر بیماری جسمانی پرده برمی‌دارند. برای نمونه کم‌بودن حسادت عامل تندرستی است؛ چنان که خوش‌بینی مایهٔ راحتی جان و سلامتی تن است. بر پایهٔ مبانی فلسفی و روایات علوی سلامت معنوی از راه ارتباط نفس و بدن، بر سلامت جسمانی تأثیر می‌گذارد و در روند بهبودی بیماری‌های جسمانی مؤثر هستند.

کلیدواژه‌ها: سلامت معنوی، سلامت جسمانی، فلسفه، حکمت.

*نویسنده مسئول: **علی فضلی.** پست الکترونیک: fazliamoli99@yahoo.com
دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۱/۰۳ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۳/۰۸

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

مقدمه

همواره رابطهٔ نفس و بدن و تأثیر متقابل آن دو بر یکدیگر بحثی جذاب و کاربردی در حوزهٔ سلامت بوده و هست. کتب و مقالات متعددی در این‌باره نوشته شده‌اند. یکی از پرسش‌های بحث که در محافل فلسفی و پزشکی طرح شده و هر دو طیف به دنبال پاسخ آن هستند، آن است که آیا سلامت نفس بر سلامت بدن تأثیر دارد؟ به عبارت فنی آیا سلامت معنوی که خاستگاه آن نفس و مزاج روحانی است، بر سلامت جسمانی که خاستگاه آن بدن و مزاج جسمانی است، تأثیر دارد؟ آیا سلامت معنوی می‌تواند در درمان بیماری‌های جسمانی نقش‌آفرینی کند و روند درمان بیماری تن را بهبود ببخشد؟ آیا تأثیری در توانمندسازی اعضای بدن جهت انجام کامل فعالیت‌ها دارد؟ بر فرض آن که پاسخ مثبت باشد، چگونه این تأثیر اتفاق می‌افتد؟ چگونه بیماری معنوی مانند حسادت عامل پیدایش بیماری جسمانی می‌شود؟ چگونه سلامت معنوی مانند تقوا سلامت جسمانی را در پی دارد؟ اگرچه پاسخ به این پرسش‌ها به پژوهشی درخور و پردامنه نیاز دارد، لیک می‌توان خطوط اصلی پاسخ را از حکمت و سنت برداشت و بعدها جامعه فلسفی و پزشکی به پرداخت آن برداشت دست بزنند.

این نوشته در این پاسخ پس از آن که به چیستی بیماری در مقابل سلامت اشاره می‌نماید، نخست از اصل فلسفی تأثیر نفس بر بدن سخن می‌گوید و جایگاه طبابت علم النفسی در طبابت جسمانی را بیان می‌کند. آنگاه به سنت به خصوص احادیث علوی اشاره می‌کند و در صدد تفسیر آن برمی‌آید. شایان توجه آن که در حوزهٔ سلامت معنوی از منظر فلسفه اسلامی و نهج البلاغه مقالات مختلفی نوشته شده، لیک بحث تأثیر سلامت معنوی بر سلامت جسمانی از نگاه حضرت امیر علیه السلام با تحلیل فلسفی و طبی آن هم از دریچهٔ ارتباط وجودی نفس و بدن به این مقاله اختصاص دارد.

اما بیماری چیست؟ بیماری نقطه مقابل سلامت است. بیماری یک گونه ناهنجاریست که به علت ناراحتی و اختلال عملکرد یا تنش در شخص بیمار به وجود می‌آید. عامل ایجاد بیماری می‌تواند بیرونی (مانند باکتری و وسواس شیطان) یا درونی (مانند دیابت و حسادت) باشد؛ می‌تواند بیماری حاد (مانند سوختگی و پرخاشگری) یا مزمن (مانند آرتروز و کینهٔ کهنه) باشد؛ می‌تواند واگیر (مانند کرونا و غیبت) یا غیر واگیر (مانند آسم و ناامیدی) باشد. بر این اساس بیماری دل چیست؟ در فرهنگ قرآنی با ادبیات (فی قلوبهم مرض) [بقره/۱۰، مائده/۵۱، انفال/۴۹، توبه/۱۲۵، حج/۵۳، نور/۵۰، احزاب/۱۲، محمد(ص)/۲۰، مدثر/۳۱] به این بیماری اشاره شده است. در حقیقت، هر گونه ناهنجاری اعتقادی، اخلاقی و تکلیفی موجب ناراحتی دل گشته، او را بیمار می‌کند. به فرمودهٔ حضرت امیر علیه السلام: «لاوَجَعَ أَوْجَعُ لِلْقُلُوبِ مِنَ الذُّنُوب» یعنی هیچ دردی برای دل‌ها دردناک‌تر از گناهان نیست (۱). در حقیقت، یکی از وظایف آدمی در زندگی فردی و اجتماعی کاوش باطنی و روحانی و معنوی خویش است تا بفهمد چه عیب‌ها و بیماری‌هایی دارد و چگونه باید آن‌ها را درمان کند و به سلامت معنوی دست یابد و از دریچهٔ سلامت معنوی ریشه‌های روحی و قلبی بیماری‌های جسمانی را بخشکاند و به کمک طبابت جسمانی بیاید و روند درمان بیماری‌های تن را بهبود ببخشد و تسریع کند.

ملاک تأثیر سلامت معنوی بر سلامت جسمانی در حکمت

حکمای الهی در علم النفس فلسفی به گونه تفصیلی به رابطهٔ نفس و بدن و ترکیب آن دو پرداختند و از آن راه به ملاک تأثیر نفس بر بدن رسیدند (۲).

به دیدهٔ حکمای مشایی چون شیخ الرئیس، بدن بعد از آن که به فعلیت تام رسید و از مراحل معدنی، گیاهی و حیوانی گذر کرد، این آمادگی و استعداد را پیدا می‌کند مانند لانهٔ کبوتر، نفس مجرد که حامل قوهٔ مدبرهٔ انسانی است، در آن بنشیند به آن تعلق بگیرد و آن را به گونهٔ تکوینی و نه اختیاری تدبیر بکند و تمامی قوای نبانی و حیوانی را که در بدن هستند، تحت تأثیر و استخدام خود قرار بدهد و بر پایهٔ همین تعلق و تدبیر و استخدام احوال نفس بر بدن تأثیر بگذارد که از رهگذر این تأثیر صفات مثبت و منفی مانند شادی و غم نفس در بدن نمایان شود. این دیدگاه اگرچه اصل تأثیر را بیان می‌کند، ولی از دوگانگی وجودی نفس و بدن در انسان فاصله نمی‌گیرد و به مرز ترکیب اتحادی آن دو نمی‌رسد. در هر صورت این دیدگاه پنجرهٔ تأثیر طبابت روحانی و نفسانی بر طبابت جسمانی را برای پزشکان می‌گشاید.

اما حکمای اشراقی چون شیخ اشراق، موقعیت نفس و بدن را به گونهٔ دیگری تبیین کرده‌اند؛ به دیدهٔ آنان همهٔ قوه‌ها چه قوهٔ گیاهی و چه قوهٔ حساسهٔ حیوانی همانند قوهٔ ناطقه به نفس ناطقه که نور اسفهبد است، اختصاص دارد و نور اسفهبد (= سرور) همهٔ آن قوه‌ها را تحت سلطه خویش دارد. اما آنچه در صیصه (= بدن در اصطلاح اشراق) در اجزا و بخش‌ها و عضوها و نوع ارتباط‌های آن پدید می‌آید، سازه‌هایی است که به منزلهٔ ابزار نسبت به قوه‌های مختلف در نور اسفهبد عمل می‌کند. همهٔ صفت‌ها و قوه‌هایی که در بدن وجود دارد، از صفت‌ها و قوه‌های نور اسفهبد پدید می‌آیند. بنابراین هرگاه دگرگونی یا ناهنجاری در یکی از هنجارهای نور اسفهبد روی دهد، آن دگرگونی و ناهنجاری صفت یا قوهٔ بدنی را تحت تأثیر قرار می‌دهد که این قانون منشأ تحول در طبابت روحانی و نفسانی شده است. چه این که طبابت بر دو قسم است؛ یک طبابت منوط است به اختلالاتی که در صیصه یا بدن از ناحیهٔ سازه‌هایش پدید می‌آید، اختلال‌هایی که بر حسب ارتباطی که این سازه‌ها با یکدیگر و اصطکاک‌هایی که با محیط بیرون از طریق تغذیه و تهویه و داد و ستد انرژی با بیرون دارند، روی می‌دهند. این به طبابت طبیعی و جسمانی برمی‌گردد که برای درمان ناگزیر باید علل پیگیری شوند و بعد به صورت مداوا یا به صورت دستکاری در یکی از آن بخش‌ها انجام پذیرد. در مقابل، طبابت جسمانی،

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

طبابت علم‌النفسی و روحانی قرار دارد که به اختلالات ناشی از علل طبیعی برنمی‌پردازد، بلکه بر این باور است که اختلالات از یکی از صفت‌ها و قوه‌هایی که در نور اسفهبد وجود دارد، نشأت می‌گیرند و علت و ریشهٔ آن اختلالات مربوط به نفس مجرد است که به ساختار بدنی سرایت می‌کند و آن ساختار را دچار ناهنجاری می‌کند. بنابراین بر طبق طبی که مبتنی بر علم‌النفس اشراقی است، لازم است آن علت‌ها شناسایی شوند و اگر امکان درمان در آن زمینه وجود دارد، درمان شوند. سپس یا به موازات این درمان یا در پی این درمان علم‌النفسی اگر اشکالات در نور اسفهبد منشأ ناهنجاری‌هایی در سازه‌های بدن شده‌اند، از طب جسمانی استفاده شود که آن ناهنجاری‌ها از طریق درمان دارویی یا درمان‌هایی که صنعت در اختیار بشر قرار می‌دهد، ترمیم شوند. در هر صورت دیدگاه حکمای اشراق اگرچه تحولی در طب روحانی به وجود می‌آورد، ولی باز دوگانگی وجودی نفس و بدن را حفظ کرده و از ترکیب اتحادی آن دو سخنی به میان نمی‌آورد و اعضای بدن را فقط در سطح ابزارگان نفس برمی‌شمارد و موطن همهٔ قوه‌ها و صفت‌ها را خود نفس می‌داند.

اما حکمای متأله چون صدرالمتألهین، بدن بخشی از انسان است که دارای تحصل بوده، قابلیت ناتمام دارد؛ هم قابل صورت‌های فعلی است و هم قابل اتصاف به فصول کمالی است؛ هم چنان که بدن از حیث تقسیم قوای داخلی انسان در بخش ابزارگانی زیستاری جای می‌گیرد؛ اگرچه از جهت وجودی و جمعیت انسانی همهٔ قوا در خود نفس مندرج هستند. در قبال بدن، نفس نیز دارای تحصل وجودی است و دو جهت دارد؛ جهت اول پیوستگی به بدن و جهت دوم ناپیوستگی به بدن. از جهت پیوستگی کمال تدبیر بدن را برعهده دارد و از جهت ناپیوستگی به عنوان کائن مجرد است. آنچه که به بحث ما مناسبت دارد، همان جهت پیوستگی است. نفس در آغاز پیدایش جسمانی است، اما جسم نیست؛ یعنی از جهت درجهٔ وجودی هم‌رتبه و هم‌درجه با طبیعت است و به گونهٔ بالفعل برتر از طبیعت نیست. از این رو می‌تواند با طبیعت ترکیب داشته باشد؛ آن هم ترکیب اتحادی (۲).

این ترکیب به یک نظریهٔ فلسفی به نام «النفس فی وحدتها کل القوی» انجامید. بر پایهٔ آن نفس به عنوان حقیقت یکپارچه وجود واحدی است که دارای مراتب مختلف و قوای متعدد ظاهری و باطنی است، حتی بدن و قوای بدن از مراتب و قوای خود نفس هستند، به نحوی که نفس تمام بدن و بدن تجسد روح است و همهٔ قوایش را در عالم طبیعت تجسم می‌بخشد، آن گونه که نفس در متن طبیعت بدن حضور وجودی دارد و عین قوای موجود در بدن است و هر یک از اعضا که سرای یکی از قوه‌ها هستند، به وسیلهٔ نفس فعل خویش را انجام می‌دهند و به تعبیری نفس آن‌ها را تحت تدبیر تام خویش دارد. از این رو بر پایهٔ این نظریه همهٔ احوال و صفات و افعال بدن و قوایش در حقیقت از نفس و برای نفس هستند (۳).

صدرالمتألهین در کتاب «کسر اصنام الجاهلیهٔ» می‌نویسد: ما بر این اصل برهان اقامه کردیم که نفس ناطقهٔ انسان با وجود وحدت و تجردش به نحو ذاتی همهٔ اعمال و همهٔ تحریکات بدنی، حیوانی و طبیعی حتی جذب و دفع طبیعی را صادر می‌کند؛ همان گونه که همهٔ افعال و انفعالات عقلی را صادر می‌کند. در حقیقت قوای نفس و آلات نفس دخلی در این تأثیرها ندارند و فقط به عنوان زمینه‌ساز افعال نفس و تکثر ساز و تعدد ساز آثاری هستند که از نفس واحد به نحو ذاتی صادر می‌شوند. این از آن‌روست که نفس در متن آن قوا تنزل کرده، با اعضای و آلات آن قوا متحد است. پس نفس به حسب هر گفتار و رفتار و کرداری در مرتبهٔ ابزار و آلت همان گفتار یا رفتار یا کردار حاضر می‌شود و هنگام دیدن، می‌بیند و هنگام شنیدن، می‌شنود و هنگام تحریک، محرّک و هنگام شهوت، حیوان و هنگام خشم، درنده است، همان طور که هنگام ادراک معقولات، فرشتهٔ عقلی، و هنگام تحریک قوهٔ عملی در راستای انجام امور خیر، فرشتهٔ عملی است (۴).

آن جناب پس از بیان یاد شده، ادامه می‌دهد: لذت حیوانی و شوق نفسانی و تعلق دنیوی بیماری روحانی هستند که سلامت فطری جوهر ذات انسان را به طور جدی به مخاطره می‌اندازند و آن جوهر را تغییر می‌دهند، به نحوی که وی اشیا را به خلاف آنچه که واقعیت دارند، می‌بیند. چنین امری در این زمان شیوع پیدا کرده و بیشتر افراد به آن مبتلا شده‌اند. برخی نیز از دست رفته‌اند و دیگر امکان درمانشان نیست. در این بین به ندرت کسی پیدا می‌شود که درمان را بپذیرد تا به سلامت برسد.

بیماری دل‌ها بیشتر از بیماری تن‌ها است. اما چرا بیماری‌های دل بیشتر است؟ زیرا اولاً بیمار روحانی نمی‌داند که بیمار است. ثانیا عاقبت وی در این عالم مشهود نیست. بخلاف بیماری تن که عاقبتش مرگ است و به دیدهٔ همگان می‌آید. ثالثا نبود طبیب حقیقی است که خود یک درد جانکاه است. زیرا طبیبان دانشمندان هستند که امروزه خود به شدت به بیماری مهلک یعنی حب دنیا مبتلا هستند. کسی که خودش را نمی‌تواند درمان کند، چگونه می‌تواند مردم را درمان کند و از بیماری‌های روحانی نجاتشان دهد (۴).

با توجه به آنچه که گذشت، بر پایهٔ ترکیب اتحادی نفس و بدن و بر اساس نظریهٔ «النفس فی وحدتها کل القوی» روشن می‌شود که چرا احوال بدن در نفس و احوال نفس در بدن آشکار می‌شود. چنان که حکیم سبزواری می‌نویسد که مگر نمی‌بینید ذهنیت‌ها و اعتقادهای محبوب یا مبغوضی که وارد نفس می‌شوند، چگونه در بدن تأثیر می‌گذارد و آن را رشد می‌دهد و قوی می‌کند یا سست می‌کند و به ضعف می‌کشاند. شادمانی نفس قوای بدنی را افزایش می‌دهد و اندوه نفس توان قوای بدنی را کاهش می‌دهد و بلکه به تباهی می‌کشاند (۵،۶).

به گفتهٔ ملای رومی در دفتر دوم مثنوی:

آدمی را فربهی هست از خیال گر خیالاتش بود صاحب جمال
ورخیالاتش نماید ناخوشی می‌گدازد همچو موم از آتشی

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

این نگاه صدرالمتألهین و تابعان رویکرد نو در طبابت روحانی و نفسانی و تأثیر زیاد آن طبابت بر طبابت جسمانی به وجود می‌آورد. چه این که وقتی نفس به سلامت باشد، همهٔ قوای روحانی و جسمانی سالمند و وقتی بیمار گردد، همهٔ آن قوا تحت تأثیر قرار گرفته، بیمار می‌شوند. از این‌رو اگر قوای تن بیمار شدند، باید علل نفسی آن را بررسی کرد و به چنگ آورد و درمان نمود.

چگونگی تأثیر نفس بر بدن از بُعد سلامت و سقامت

از دیرباز این پرسش وجود داشت که اگر نفس با بدن ارتباط اتصالی یا اتحادی دارد و احوال نفس بر بدن سرایت می‌کند، این تأثیر چگونه صورت می‌گیرد؟ برای پاسخ می‌توان دو رویکرد را طرح و در پژوهش فراگیر به آن دو پرداخت و کارایی هر یک از آن دو را در پزشکی بررسی کرد و آنگاه بکار برد.

در رویکرد اول دو نوع تلاش خرد و کلان صورت می‌گیرد: تلاش کلان آن که با راهکارهای دینی و فلسفی و عرفانی به سلامت معنوی یعنی سلامت نفس ناطقه دست یابیم و بُعد سلامت نفس بر بدن تأثیر گذاشته، آن را در سلامت نگه می‌دارد. مانند آن که نفس آرامش دارد و این آرامش در رفتار و گفتار و احوال بدن منعکس می‌شود. طبیعی است که در این تلاش دستورهای کلی برای ایجاد سلامت معنوی و درمان سقامت معنوی ارائه می‌شود. اما تلاش خرد آن که بر اساس علم‌النفس نقلی- اجتهادی، عقلی- فلسفی و شهودی- عرفانی ماهیت نفس و قوای نفس شناسایی گردد. سپس بر پایهٔ طب، چه سنتی و چه نوین به آناتومی بدن پرداخته شده، تک تک قوای بدن شناسایی گردند. آنگاه ارتباط قوای نفس با قوای بدن کشف شود و در این کشف هم از علم‌النفس استفاده شود و هم از دانش آناتومی. سپس بر اساس قانون النفس فی وحدتها کل القوی که به معنای حضور نفس در شراشر بدن و اتحاد هر یک از قوای نفس با یکی از قوای متناسب بدن است، به شناخت بیماری‌های آن قوا و ارتباط تک تک آن بیماری‌ها به نحو مشخص با تک تک بیماری‌های تن پرداخت تا با درمان آن بیماری‌ها به بهبود بیماری‌های تن کمک شود و بلکه بیماری‌های تن ریشه‌کن شوند. برای مثال بیماری حسادت از کدام قوه از قوای نفس برمی‌خیزد؟ آن قوهٔ نابهنجار با کدام قوه از قوای بدن ارتباط دارد؟ آیا از سر این ارتباط، بیماری آن قوه به آن قوه جسمانی منتقل شده، آن را بیمار می‌کند؟ آیا درمان آن بیماری معنوی عامل درمان بیماری جسمانی می‌شود؟ اگر این رویکرد به نحو علمی تحقیق گردد، می‌توان در طبابت جسمانی از طبابت روحانی کمک گرفت و با بهبودی بیماری‌های قوای نفسانی به درمان بیماری قوای جسمانی دست یافت. در یک کلمه بر اساس اتحاد هر قوهٔ نفس با قوهٔ متناسب خودش در بدن احوال هر یک به دیگری سرایت می‌کند. از این‌رو هر وقت یک قوهٔ نفس بیمار شد، قوهٔ متناسب آن نیز در بدن بیمار می‌شود. در این رویکرد پزشک باید دو نسخه بنویسد: یکی مراقبت‌های روحانی و معنوی دربارهٔ بیماری آن قوهٔ نفس و دیگری مراقبت‌های جسمانی دربارهٔ بیماری آن قوهٔ بدن تا با رعایت توأمان آن دو مراقبت بیماری به معنای واقعی درمان گردد.

اما رویکرد دوم؛ در این رویکرد همین قدر که ارتباط وجودی چه اتصالی و چه اتحادی بین نفس و بدن برقرار باشد و تأثیر نفس بر بدن ثابت باشد، کافی است که در حوزهٔ درمان تحقیق صورت گیرد. به شرط آن که این پرسش پاسخ داده شود که حلقهٔ ارتباطی و تأثیری میان آن دو در بدن چیست؟ آیا می‌توان به آن دست یافت و علتش را نیز در نفس پیدا کرد و در وقت درمان به درمان هر دو یعنی هم سر منشأ معنوی بیماری در نفس و هم سر منشأ جسمانی بیماری در بدن پرداخت؟ پاسخ به این پرسش نیز به سه شیوهٔ توأمان برهانی، اجتهادی و تجربی می‌تواند رابطهٔ سلامت و سقامت معنوی با سلامت و سقامت جسمانی را روشن کند و روند درمان کامل در بیماری‌های جسمانی را بهبود ببخشد.

در حقیقت این رویکرد از رویکرد اول می‌پرسد به صرف این که اتحاد قوای نفس با قوای بدن را ثابت کردید، نمی‌توانید از درمان قوهٔ نفس به درمان قوهٔ متناسب با آن در بدن برسید و از سلامت معنوی به سلامت جسمانی راه یابید. زیرا باید یک رابطی بین قوای مجرد نفس و قوای مادی بدن وجود داشته باشد که سلامت یا سقامت آن قوای نفس از طریق آن رابط سلامت و سقامت قوای بدن را به دنبال داشته باشد. این بایستگی آن است که با درمان قوهٔ نفس باید اثری در بدن و قوهٔ متناسب با آن قوه در بدن به وجود آورد و آن اثر خود باید حاملی داشته باشد که در قوهٔ بدن استقرار یابد و در نتیجه موجب درمان قوهٔ بدن گردد.

در شناسایی این حلقهٔ ارتباطی می‌توان به دو دانش با دو گونه نظریه رجوع کرد: یکی طب سنتی و دیگری طب نوین.

در طب سنتی نظریه‌ای هست به نام روح بخاری که جسم لطیفی است حامل مزاج عنصری که از زلالی خلط‌های چهارگانه به وجود می‌آید و مرکب نفس، جانشین نفس در بدن، حامل قوای بدن است و بعد از آن که از قلب منشأ گرفته در شریان‌های خون جاری می‌شود (۶،۷). به دیدهٔ اطبای سنتی روح بخاری حلقهٔ ارتباطی نفس و بدن است و این نگاه در میان فلاسفه و عرفای اسلامی نیز پذیرفته شده؛ چنان که عبدالرازق کاشانی نوشته: «روح بخاری واسطهٔ بین نفس ناطقه و بدن است» (۸).

بر پایهٔ این نظریه، نفس ناطقه بر اساس ترکیب کمالات یا عیوبش و عقاید و خلقیات درست یا نادرستش مزاج روحانی خود را می‌سازد که بر اثر آن به سلامت یا سقامت معنوی می‌رسد؛ یعنی واسطه در اتصاف نفس ناطقه به سلامت یا سقامت مزاج روحانی است. مزاج روحانی نیز بنابر اتحاد نفس و بدن در متن روح بخاری حاضر شده، بر روح بخاری که حامل مزاج جسمانی است، تأثیر درست و مثبت یا نادرست و منفی می‌گذارد و با آن تأثیر، خون، حامل سلامت یا سقامت جسمانی شده، بدن را به سلامت یا سقامت متصف می‌کند. از این‌رو در طب سنتی برای بهبود روند درمان نه فقط به مزاج جسمانی و علت‌های بیماری در آن مزاج توجه می‌شود،

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

بلکه به مزاج روحانی و علت‌ها و ریشه‌های معنوی بیماری جسمانی نیز توجه می‌شود و به درمان آن نیز می‌پردازد. در این نگاه هم می‌توان به تلاش کلان که پیش از این یاد شد، پرداخت و هم به تلاش خرد توجه نمود.

شایان توجه آن که ما در یک مقاله به عنوان «مزاج روحانی، سلامت معنوی و مزاج جسمانی» به ماهیت این دو مزاج پرداختیم (۹). بزرگان اخلاق مانند محمد بن زکریای رازی در کتاب طب روحانی و ابن مسکویه در طهاره الاعراق به طب نفسانی و اخلاقی توجه ویژه داشتند و جایگاه و نسبت آن را با طب جسمانی تبیین کردند (۱۰،۱۱).

اما در طب نوین رشته و نظریه‌ای هست به نام سایکونورایمونولوژی (Psychoneuroimmunology: PNI) که به معنای روان اعصاب ایمنی‌شناسی است که رشته و دانش آن در چهل سال گذشته برای مطالعهٔ بین ایمنی و سیستم غدد درون‌ریز و سیستم عصبی مرکزی و محیطی به وجود آمده و رشد کرده است و درباره آن کتب و مقالات متعددی نوشته شده است. مانند کتاب سایکونورایمونولوژی نوشتهٔ سوزان سگرستروم که به فارسی ترجمه نیز شده و دیگری مبانی سایکونورایمونولوژی نوشتهٔ احمدعلی نوربالا و همکاران، سومی نیز مقالهٔ Mind & Body Connection – attitudes affect your health نوشتهٔ Patty Carrosicia (۱۲).

این نظریه اگرچه به رابطهٔ ذهن و بدن توجه دارد و در این رابطه از نسبت تأثیری باورهای ذهنی بر تشرح هورمون‌ها سخن می‌گوید و جای ذهن را مغز تلقی می‌کند، ولی برای تحقیق ما می‌تواند روزنه‌ای را باز کند. چه این که در نسبت سلامت معنوی و سلامت جسمانی بر اساس این نظریه ما در کنار دو ضلع مغز و بدن، ضلع سومی به نام نفس ناطقه می‌افزاییم و به توضیح حلقهٔ ارتباطی نفس و بدن می‌پردازیم. اگرچه می‌دانیم پاسخ دقیق همراه با پژوهش گسترده را باید از جامعه پزشکی انتظار داشت تا در پی انجام آزمایش‌های فیزیولوژی و تست‌های سلامت به نتیجه کارآمد و کاربردی دست یابیم.

در هر صورت آنچه که اینجا بیان می‌کنیم تلفیق دو دیدگاه فلسفی و پزشکی است و آن اینکه باورهای مثبت و منفی، خلق و خوهای مثبت و منفی و احساسات و عواطف مثبت و منفی در واقع به اصالت در نفس ناطقه جای دارند و از آن نشأت می‌گیرند و نه در ذهن و مغز. چون نفس در متن دستگاه عصبی که در مغز است، حضور دارد و با آن متحد است، با همین باورها و خلق و خوی‌ها و احساسات آن دستگاه را تحت تأثیر قرار می‌دهد و چون این دستگاه میزان ترشح هورمون‌ها را تنظیم می‌کند، در پی این تأثیر، چه مثبت و چه منفی، عامل ترشحات متعادل یا نامتعال هورمون‌ها می‌شود. در حقیقت دستگاه عصبی غدد هورمونی را که در اندام‌های مختلف مانند مغز و کبد و کلیه جای دارند، به ترشح هورمون تحریک می‌کند و ترشحات نیز به عنوان مواد شیمیایی در خون جاری می‌شوند و به اندام هدف که مجموعه‌ای از سلول‌ها هستند و مختص تأثیر یک هورمون خاص هستند، منتقل می‌شوند و پیام خود را به این سلول‌ها می‌رسانند و عملکرد سلول‌های هدف را تنظیم می‌کند. اگر ترشحات نامتعال باشند، این پیام می‌تواند آسیب‌زا باشد و موجب اختلال فیزیولوژیک شوند. به تعبیری اختلالات متافیزیولوژیک از راه هورمون‌ها به اختلالات فیزیولوژیک می‌انجامد که در نوشتهٔ ما یعنی سقامت معنوی از راه هورمون‌ها به سقامت جسمانی می‌انجامد. هر چند ارباب سلوک و شهود برای درمان سقامت معنوی که به سلامت جسمانی منجر شود، راهکارهایی دارند که به طور کلی به دو راهکار برمی‌گردند؛ یکی تکنیک‌های معنوی و سلوکی مانند روش خاص در ذکر گفتن جهت آرامش درونی و دیگری تغییر بینش‌ها و نگرش‌ها و منش‌ها از نادرستی به درستی.

گونه‌های تأثیر سلامت معنوی بر سلامت جسمانی در سنت دینی

پس از تبیین ملاک تأثیر نفس بر بدن بر اساس انظار فلسفی، باید به بیان شواهد دینی و شرح و تفسیر آن شواهد پرداخت. البته شواهد بر دو قسم هستند: اول شواهد کلی که به تأثیر کلی سلامت معنوی بر سلامت جسمانی و سقامت معنوی بر سقامت جسمانی و تأثیر کلی سلامت معنوی در درمان سقامت جسمانی اشاره دارند. دوم شواهد جزیی که به سلامت‌های جزیی و بیماری‌های جزیی اشاره دارند و از تأثیر بیماری خاص معنوی بر بیماری‌های جسمانی و تأثیر سلامت خاص معنوی در درمان بیماری‌های خاص جسمانی پرده برمی‌دارند. ما در این نوشته فقط به شرح و تفسیر دو روایت گراسنگ می‌پردازیم.

شاهد اول: تقوای الهی موجب شفای بیماری تن

حضرت امیر علیه‌السلام می‌فرماید: «فَإِنَّ تَقْوَى اللَّهِ ... شِفَاءُ مَرَضِ أَجْسَادِكُمْ» (۱۳)؛ یعنی «همانا تقوای الهی ... شفای بیماری اجسادتان است».

برداشت‌ها از این حدیث:

اول آن که این فراز همانند احادیث مشابه درصدد بیان تلازم بین پرهیزگاری و سلامت تن نیست، بلکه بیان تلازم بین پرهیزگاری و درمان بیماری تن است؛ یعنی همچنان که تقوای الهی داروی بیماری‌های روحی مانند درد حسادت است، داروی بیماری‌های جسمانی مانند درد معده نیز هست. این نشان از آن دارد که سلامت معنوی بر سلامت جسمانی تأثیر دارد. این از آن‌روست که نفس و احوال نفس بر بدن تأثیر دارند.

دوم آن که چه بسا دستگاه‌ها و اندام‌های بدن به دلیل تمایل زیاد بیش از حد فعالیت کرده، دچار اختلال شده و به خود آسیب رسانده‌اند. وجود میل زیاد در هر یک از این اندام‌ها از میل شدید قوهٔ نفسانی که متناسب با آن اندام است، خبر می‌دهد و پرهیزگاران چون قدرت کنترل هوای نفس را دارند، می‌توانند امیال قوای نفس

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

را کنترل کنند، در نتیجه می‌توانند آن قوه موجود در آن اندام را تحت کنترل خویش بگیرند و در پی سلامت معنوی و روحی مانع فعالیت بیش از حد آن اندام گردند و از روند آسیب و پژمردگیش جلوگیری کنند و به روند سلامت جسمانی بهبودی ببخشد. برای مثال، پرهیزگاران با رعایت اعتدال در مصرف غذاها بلکه با رعایت کم خوری، معده را که خانهٔ تمام بیماری‌هاست، از میل به پرخوری که پیش از این به آن آسیب زده و دچار اختلال کرده است، نجات می‌دهند که سلامت معده سرآغاز درمان همهٔ بیماری‌هاست.

سوم آن که اندام به دلیل ترشح نامتعادل و بیش از حد هورمون آسیب می‌بیند، چنان که راه درمان آن نیز تنظیم همان ترشحات است. برای این تنظیم نیز دستگاه عصبی باید ورود کند و فعالیت غدد هورمونی را کنترل کند تا ترشح متعادل داشته باشند. برای این کنترل نیز نفس باید ورود کند و نفس پرهیزگار دارای باور مثبت و خلق و خوی مثبت و احساسات و عواطف مثبت است که خبر از سلامت معنوی او می‌دهند. این سلامت آرامش و اعتدال را به دستگاه عصبی منتقل کرده، مانع اختلال در فعالیت آن دستگاه می‌شود و به تنظیم ترشحات هورمونی می‌پردازد و در نتیجه روند درمان آن اندام را آغاز و بلکه تسریع می‌بخشد. برای مثال، کسی که دچار بیماری افسردگی است، غدهٔ تیروئیدش بیش از حد ترشح دارد که برای تعدیل و تنظیم این ترشح باید سیستم عصبی ورود کند و کنترلش کند. اما این سیستم برای آن که این توانایی را پیدا کند باید از طریق نفس آرامش بگیرد؛ یعنی نفس که در متن آن دستگاه حضور دارد به آن آرامش ببخشد و این آرامش نیز نتیجهٔ پرهیزگاری نفس است.

شاهد دوم: تندرستی از کم‌بودن حسادت

حضرت امیر علیه‌السلام می‌فرماید: «صِحَّةُ الْجَسَدِ مِنْ قِلَّةِ الْحَسَدِ» (۱۳) یعنی؛ «سلامت جسم [تندرستی] از کم‌بودن حسادت است».

برداشت‌ها از این حدیث:

اول آن که بین تندرستی و کم‌بودن حسادت تلازم وجود دارد. به تعبیری کم‌بودن حسادت که نشان از سلامت معنوی است بر سلامت جسمانی تأثیر دارد. زیرا نفس و احوال نفس بر بدن تأثیر دارد.

دوم آن که سلامت تن از کم‌بودن حسادت برمی‌خیزد. زیرا کسی که حسادت نمی‌ورزد یا اندکی حسادت می‌ورزد، از نعمت‌های دمادم دیگران غم و اندوه همیشگی به خود راه نمی‌دهد و از هجوم فکرهای پریشان و شب بیداری‌ها ممانعت می‌کند و دستگاه عصبی وی را تحت تأثیر شدید قرار نمی‌دهد و آن را بهم نمی‌ریزد. از این رو دستگاه قدرت کنترل میزان ترشحات هورمونی غدد را حفظ و متعادل می‌کند. در نتیجه بیماری اندام که مقصد هورمون‌ها هستند، سالم می‌مانند.

سوم آن که در کنار منطوق حدیث که گذشت، مفهوم حدیث نیز دلالت دارد که افزایش حسادت مایهٔ بیماری تن است که حضرت امیر علیه‌السلام فرمود: (اَلْحَسَدُ یُذیبُ الْجَسَدَ) یعنی «حسد بدن را ذوب می‌کند» (۱۴)؛ چنان که فرمود: (اَلْحَسَدُ یُضْنی الْجَسَدَ) یعنی «حسادت بدن را فرسوده و پژمرده می‌کند» (۱۴)؛ چنان‌که فرمود: «کَما أَنَّ الصَّدْأَ تَأْکُلُ الْحَدیدَ حَتّی یُفْنیهِ، کَذلکَ الْحَسَدُ یُکْمِدُ الْجَسَدَ حَتّی یُفْنیهِ» یعنی همان‌گونه که زنگار آهن را می‌خورد تا آن را نابود کند، حسد نیز بدن را ناتوان می‌سازد تا آن که نابودش کند (۱۴).

همهٔ این روایات به وضوح تلازم سقامت معنوی یعنی حسادت و سقامت جسمانی یعنی سستی و ناتوانی را بیان می‌کند. اما علت این تلازم چیست؟ از نگاه حضرت امیر علیه‌السلام حسادت موجب خشم است و خشم به شدت بدن را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و آن را سست و ناتوان می‌کند. «اَلْحَسَدُ لایَجْلِبُ إلاّ مَضَرَّةً وَ غَیْظاً یُوهِنُ قَلْبَکَ وَ یَمْرِضُ جِسْمَکَ» یعنی «حسادت جز زیان و خشمی که موجب سستی قلب شما و بیماری بدن شما می‌شود، ثمری ندارد» (۱۵). زیرا خشم برآمده از حسادت که هر دو نشان از سقامت معنوی است، سیستم عصبی را به شدت تحریک می‌کند و موجب ترشح زیاد آدرنالین از غدد آدرنال می‌شود و افزایش ترشح این هورمون آثاری چون افزایش ضربان قلبی و فشار خون، گرفتگی ماهیچه‌ها، خشکی لب و دهان و گلو را بر بدن تحمیل می‌کند و در نهایت با تخلیهٔ شدن آن هورمون از این غدد، خستگی مفرط عارض بدن می‌شود و یک حسود خشمگین در بدنش سستی و ناتوانی را احساس می‌کند (۱۶).

افزون بر این دو شاهد که گذشت، می‌توان شواهد دیگری نیز ذکر کرد و بر مبانی شرح و تفسیری که گذشت مقاصد آن را دریافت و در عین حال دلایل را از خود شواهد استخراج و استنباط نمود. از جمله آن شواهد، می‌توان به این سخن حضرت امیر اشاره کرد که «حُسنُ الظَّنِّ راحَةُ القَلبِ وَ سَلامَةُ البَدَنِ» یعنی؛ «خوش بینی مایهٔ راحتی جان و سلامتی تن است» (۱۷). همچنان که می‌توان به این آیهٔ شریف اشاره کرد که از نسبت ذکر الهی و نرمی پوست پرده می‌گشاید: «اللّهُ نَزَّلَ أَحْسَنَ الْحَدِیثِ کِتَابًا مُتَشَابِهًا مَثَانِیَ تَقْشَعِرُّ مِنْهُ جُلُودُ الَّذِینَ یَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ ثُمَّ تَلِینُ جُلُودُهُمْ وَ قُلُوبُهُمْ إِلَی ذِکْرِ اللّهِ» یعنی؛ «خدا نیکوترین سخن را نازل کرد، کتابی که [آیاتش در نظم، زیبایی، فصاحت، بلاغت و عمق محتوا] شبیه یکدیگر است، مشتمل بر داستان های پندآموز [و امر، نهی، وعده، وعید، حلال و حرام] است؛ از شنیدن آیاتش پوست کسانی که از پروردگارشان می هراسند به هم جمع می شود، آنگاه پوستشان و دلشان به یاد خدا نرم می گردد و آرامش می یابد» (زمر/ ۲۳).

نتیجه‌گیری

پرسش تحقیق ما آن بود که آیا سلامت نفس بر سلامت بدن تأثیر دارد؟ آیا سلامت معنوی بر سلامت جسمانی تأثیر دارد؟ آیا طب روحانی می‌تواند در طبابت جسمانی نقش بیافریند؟

برای پاسخ نخست از منظر فلسفی به ملاک تأثیر نفس بر بدن

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]

تبیین شد و از منظر حکمای مشاء تأثیر نفس بر بدن بر پایهٔ ارتباط وجودی آن دو اثبات شد؛ این تأثیر در حکمت اشراق بیشتر نشان داده شد؛ یعنی همهٔ صفت‌ها و قوه‌هایی که در بدن وجود دارد، از صفت‌ها و قوه‌های نور اسفهبد یعنی نفس پدید می‌آیند و در نتیجه هرگاه دگرگونی یا ناهنجاری در یکی از هنجارهای نور اسفهبد روی دهد، آن دگرگونی و ناهنجاری صفت یا قوهٔ بدنی را دچار دگرگونی یا ناهنجاری می‌کند. پس از آن گامی بلند برداشت شد و این تأثیر از منظر حکمت متعالیه مورد بررسی قرار گرفت؛ چه این که ترکیب نفس و بدن ترکیب اتحادی است و این ترکیب نیز به قاعدهٔ «النفس فی وحدتها کل القوی» برمی‌گردد که بر پایهٔ آن نفس به عنوان حقیقت یکپارچه، وجود واحدی است که دارای مراتب مختلف و قوای متعددی است که یکی از آن مراتب بدن و قوای اوست، به نحوی که نفس در متن طبیعت بدن حضور وجودی دارد و عین قوای موجود در بدن است و همهٔ احوال و صفات و افعال بدن و قوایش در حقیقت از نفس و برای نفس هستند.

پس از بیان این دیدگاه‌ها که به مثابهٔ مبانی بحث ما بیان شدند، به طرح پرسشی پرداخته شد که در راستای پرسش اصلی است و آن این که اگر نفس با بدن ارتباط اتحادی دارد و احوال نفس بر بدن سرایت می‌کند، پس حلقهٔ ارتباطی و تأثیری میان آن دو در بدن چیست؟ برای شناسایی حلقهٔ ارتباطی آن دو، دو نظریه وجود دارد: یکی در طب سنتی و دیگری در طب نوین. به دیدهٔ طب سنتی حلقهٔ ارتباطی نفس و بدن روح بخاری است. اما از نظر طب نوین حلقه ارتباطی دستگاه عصبی و غدد هورمونی و خود هورمون‌ها هستند. این یکی از نتایج نوآورانهٔ تحقیق حاضر است.

پس از این تبیین نظر دو طب یاد شده، به شرح و تفسیر دو حدیث از احادیث حضرت امیر علیه‌السلام دربارهٔ تأثیر سلامت معنوی بر سلامت جسمانی پرداخته شد. در حدیث اول به نقش تقوای الهی در شفای بیماری تن اشاره شد و در حدیث دوم یکی از عوامل تندرستی کم‌بودن حسادت دانسته شد. در هر دو روایت اضلاع روایت مورد تحلیل فلسفی و طبی قرار گرفت که البته این نیز از برداشت‌های نوآورانهٔ تحقیق به شمار می‌آید.

تضاد منافع: نویسنده تصریح می‌کند که هیچ‌گونه تضاد منافعی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Koleani M. Osol Kafi. Tehran Islamic Books House Publication; 1986.
2. Abedi Shahroudi A. Soul and Body and their Relationship (Nafs v Badan v Artebat). Qom: Islamic Science and Culture Research Institute, 2012.
3. Sadr al-Din Shirazi M. Transcendent Philosophy (al-hikmat al-muta'āliyah). Beirut: Arab Heritage Revival House Publication; 1981.
4. Sadr al-Din Shirazi M. Kasr al-asnam al-jahiliyyah. Tehran: Sadra Islami Hekmat Foundation Publication; 2002.
5. Sabzevari MH. Sharh al-Manzomah. Commentary by Hassanzadeh Amoli, Masoud Talebi. Qom: Nab Publication, 2001.
6. Hassanzadeh Amoli H. Oyun Masail Al-Nafs. Tehran: Amir Kabir Publication; 2006.
7. Hassanzadeh Amoli H. Marefat Nafs. Tehran: Scientific and Cultural Publication; 1994.
8. Abdul Razzaq Kashani. A Glossary of Sufi Technical Terms. Translated by Majid Hadizadeh. Hekmat Publication; 2002.
9. Fazli A. Spiritual temperament, spiritual health, and physical health. Journal of Spiritual Health. 2022;1(2):73-82.
10. Abedi Shahroudi A. Law of Ethics (Ghanoon Akhlagh). Qom: Research Institute of Hawzah and University; 2016.
11. Faramarz Gharamaleki A. Ethical theory of Mohammad Ibn Zakaria Razi. Tehran: Iranian Research Institute of Philosophy; 2012.
12. Patty Carrosicia RN. Living Well. Jacksonville Medical Journal. 1992;4(3).
13. Seyyed Razi M. Nahj al-Balaghah. Translated by Abdolmajid MadiKhah. Tehran: Zareh Publication; 2000. Sermon No. 198.
14. Tamimi Amedi A. Ghorar al-Hakam and Dorar al-Kalem. Qom: Islamic books House Publication; 1989.
15. Muhammad b. Ali al-Karajuki. kanz-alfawaid. Qom: Dar Al-Zakhaer Publication; 1989.
16. Mohammadlou A. Life in the color of God (zendgi be rang khoda). Cultural Vice-Chancellor of the Endowments and Charity Affairs Organization Publication; 2019.
17. Laithi Vaseti A. Oyun al-Hikmah va al-Mavaez. Qom: Darolhadith Publication; 1997.

[Downloaded from mail.spiritual-health.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.30491/JSH.2.1.50]