



The Effectiveness of Clothing on the Treatment of Physical Diseases from Superstition to Reality

Artemis Hooshyar^{1*}

¹Faculty Member, Department of Art, Technical and Vocational University (TVU), Tehran, Iran.

ARTICLE INFO

Article Type:

Original Research

Received: 02.22.2022

Revised: 04.29.2022

Accepted: 05.09.2022

Keyword:

Clothing
Physical Therapy
Medical Miracles
Mental Illness
Superstition

*Corresponding Author:

Artemis Hooshyar

Email: hooshyar777@yahoo.com

ABSTRACT

Clothing in Persian is called *pooshak*, *pooshesh*, *jameh*, and *rakht* and its main function is to protect the body from atmospheric factors and hide the body from the view and opinions of other people. In addition to these functions, in different eras of history, according to written and authentic documents and customs inherited from previous generations, some people believe in other effects of clothing such as its effect on a cure for physical ailments. Today, the effect of some properties of clothing such as its color on relieving mental pain and even treating some mental illnesses has been proven. However, to prove its effectiveness in treating physical ailments such as the belief that a person with measles should wear red has received less attention citing natural laws and medical science. Considering the importance and necessity of not endangering people's lives and their health and preserving people's faith and religious beliefs by avoiding the spread of superstitions and answering the question whether from a scientific point of view, clothes can be effective in the healing process of disease. The research method in this article was based on fundamental and basic research and the result of this article provides a theoretical background to be an introduction to the concept of clothing in improving the process of physical diseases in other similar researches in the future.



EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Lifestyle, weather, social, cultural, political, and economic conditions, and religious beliefs and customs are all components that affect the important features and characteristics of clothing such as color, pattern of fabric and design. Choosing each of these features in different situations and on different occasions with the aim of eliminating physical defects will depend on people's ages, skin color, gender, social and cultural status, job and profession of people and many other factors.

In this article, based on scientific criteria on the basis of provable evidence, the possibility of the effectiveness of clothes on the treatment of physical diseases was investigated. Certain characteristics of clothing such as gender and color were proven to have definite effects on human mental and emotional states. The present article was written with the aim of investigating the effect of clothes on the treatment of physical diseases. Since health is the greatest blessing without which it is not possible to benefit from other blessings, and maintaining health and treating diseases is very effective in mental health and saving on medical expenses, the main goal of this article was to investigate the possible therapeutic effects of clothes on some physical diseases, which can be a prelude to further studies and proof of this issue.

- Theories:

Clothes can be effective and useful in the treatment of physical diseases. Even today, we see that many families wear a red shirt when their child is infected with measles, or when a baby with jaundice is born, covering the baby with a yellow shirt causes the disease to worsen.

- Targets:

- 1- Clothing can be effective in the healing process.
- 2- It introduces clothing as a medium that plays a role in natural and supernatural phenomena and for this reason it can manifest various effects and functions.
- 3- The reason for choosing clothing as a mediator for phenomena is its priority as a basic need, in the pyramid of human needs, compared to all the objects and devices that may be similar to clothing and as a substitute for it, with the purpose of therapy.

Table 1. Fabric properties.

Rank	Percentage	Methods
1	16	Color
2	25	Fabric material
3	12	Fabric design
4	47	Fashion model

Methodology

This research was descriptive-analytical in terms of methodology. To collect descriptive data from library documents and to collect analytical research data, two methods were used: 1) using existing information and documents and 2) observation. To prepare the data,

the following actions were taken: sorting and organizing the data, coding and organizing the data, matching and analyzing the data, and processing the data using the inferential method. During these steps, the first step in solving the problem was to describe the phenomenon of healing and healing with clothes. Since a hypothesis must be the basis of scientific methods whether it is proven or not, it was necessary to present this hypothesis after various observations related to a natural phenomenon and eliciting questions about how and not what that phenomenon is, which is potentially an answer to those questions and observations. Finally, the theory of possible therapeutic effects of clothes on physical diseases was proposed.

Table 2. Phenomena.

Rank	Natural	Supernatural
1	Superstitions	Healing frequency
2	Placebo	Schumann's Resonance
3	Psychological	Collective memory
4	Miracle	The intelligence of molecules

Results and discussion

Thus, it can be concluded that clothes, like many of the presented phenomena, are a tool in the healing process of the disease and are not effective as a main element in the treatment. The reason for this is the connection and mutual influence between the soul and the body, which causes natural and supernatural phenomena to act and manifest their effects through clothing, which is in contact with the human body and soul:

- 1- Some of these phenomena can heal through healthy behaviors that strengthen the body's resistance and facilitate the treatment process.
- 2- Trusting others and strengthening the spirit of cooperation between people and strengthening the spirit of trust in God have positive psychological and psycho-physical consequences for a person and can be a factor in disease prevention.
- 3- By creating a mental framework that strengthens the healing ability of a person from within, clothing as a mediator for that phenomenon can heal diseases.

Conclusion

Healing by creating positive and soothing emotions and feelings that eliminate or reduce the harmful effects of stress. The relationship between emotion, cognition, and physiological indicators and systems were empirically confirmed. In addition, it was confirmed that many laws of nature can affect the conditions and even affect the parameters of the immune system.

Finally, creating hope for the future raises the threshold of tolerance of pain and suffering. Psychosomatic indicators resulting from the interaction of mind and body require the process of self-regulation of physiological parameters and the reduction of pain and disease symptoms confirms these indicators. All these factors can be effective in the health of both the human dimensions of the soul and the body considering the mutual relationship between the body and the soul.



اثربخشی لباس بر درمان بیماری‌های جسمی از خرافه تا واقعیت

آرتمیس هوشیار^{۱*}

۱- گروه آموزشی هنر، دانشکده فنی و حرفه‌ای دختران شیراز (الزهر)، دانشگاه فنی و حرفه‌ای، ایران.

چکیده

اطلاعات مقاله

لباس در زبان فارسی، پوشاک، پوشش، جامه و رخت نامیده می‌شود و کارکرد اصلی آن، محافظت بدن از عوامل جوی و پنهان کردن بدن از دید دیگر افراد است. اما به غیر از این وظایف، طبق اسناد مکتوب و معتبر و آداب و رسوم که از نسل‌های قبل به میراث رسیده است، در نزد برخی از مردم، باور و اعتقاد، به دیگر اثرات لباس، همچون تأثیر آن بر درمان بیماری‌های جسمی وجود دارد. امروزه تأثیر برخی از ویژگی‌های لباس مانند رنگ آن، بر تسکین آلام روحی و حتی درمان برخی از بیماری‌های مرتبط با روح و روان به اثبات رسیده است. اما اثبات تأثیر آن بر درمان بیماری‌های جسمی، مانند باور برخی مردم که بر تن فرد مبتلا به سرخک، لباس قرمز می‌پوشانند، با استناد به قوانین طبیعی و علم پزشکی، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. با توجه به اهمیت و ضرورت عدم به خطر انداختن جان و سلامت انسان‌ها و حفظ ایمان و اعتقادات دینی افراد، با پرهیز از اشاعه خرافه و پاسخ به این سؤال که آیا از نظر علمی، لباس می‌تواند در روند بهبود بیماری مؤثر باشد؟ در این مقاله با دلایل عقلی و استناد به قانون علت و معلول، فرضیه مبنی بر اثر بخشی برخی از ویژگی‌های لباس بر درمان بیماری‌های جسمی ارائه می‌گردد. روش تحقیق در این مقاله بر مبنای پژوهش‌های بنیادی و پایه‌ای است و نتیجه این مقاله زمینه‌ای نظری را فراهم می‌کند تا مقدمه‌ای برای معرفی لباس در بهبود روند بیماری‌های جسمی در دیگر پژوهش‌های مشابه در آینده باشد.

نوع مقاله: مقاله پژوهشی

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۱۲/۰۳

بازنگری مقاله: ۱۴۰۱/۰۲/۰۹

پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۰۲/۱۹

کلید واژگان:

لباس

درمان جسمی

مجازات پزشکی

بیماری‌های روان‌تنی

خرافه

*نویسنده مسئول: آرتمیس هوشیار

پست الکترونیکی:

hooshyar777@yahoo.com



مقدمه

نحوه زندگی و شرایط آب و هوا و اوضاع اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی و اعتقادات مذهبی و دینی و آداب و رسوم، همگی مؤلفه‌هایی هستند که بر ویژگی‌ها و خصوصیات مهم لباس، مانند: رنگ، نقش پارچه و طرح و فرم کلی آن، تأثیر می‌گذارند. انتخاب هر کدام از این ویژگی‌ها در موقعیت و مناسبت‌های مختلف و با هدف برطرف کردن عیوب اندامی و با توجه به سن افراد، رنگ پوست، جنسیت، موقعیت اجتماعی، فرهنگی، شغل و پیشه افراد و بسیاری عوامل دیگر، صورت می‌گیرد. یکی از عوامل انتخاب یک لباس، که در این مقاله به آن پرداخته می‌شود، به تأثیر لباس بر درمان بیماری‌ها مربوط می‌شود. در سوره یوسف آیات ۹۳ تا ۹۶ آمده است که حضرت یوسف خطاب به برادران خود می‌گوید: این پیراهن من را ببرید و بر چهره پدرم بیفکنید تا بینا شود و همه کسان خود را نزد من آورید (۹۳) و چون کاروان رهسپار شد پدرشان گفت اگر مرا به کم خردی نسبت ندهید بوی یوسف را می‌شنوم (۹۴) گفتند به خدا سوگند که تو سخت در گمراهی دیرین خود هستی (۹۵) پس چون مژده رسان آمد آن پیراهن را بر چهره او انداخت، پس بینا گردید گفت آیا به شما نگفتم که بی شک من از عنایت خدا چیزهایی می‌دانم که شما نمی‌دانید [۱].

از حضرت امام صادق (ع) نقل است که وقتی برای سوزاندن ابراهیم (ع) آتش افروختند، جبرئیل لباسی از لباس‌های بهشت برای ایشان آورده و به او پوشاند و با آن لباس، گرما و سرما به ابراهیم (ع) زیان نمی‌رسانید، زمان مرگ ابراهیم (ع) فرا رسید، آن را در غلافی نهاد و اسحاق (ع) آن را به یعقوب و یعقوب آن را به یوسف داد و همان گونه که با پیراهن خون‌آلود، ابتدا پدر به فراق یوسف دچار شد و از شدت حزن نابینا گشت خداوند باز هم به وسیله پیراهن، باعث بازگشت بینایی و شفای چشم یعقوب می‌شود [۲؛ ۳]. همین‌طور در ادبیات فارسی و عربی، عافیت و سلامتی به لباسی برتن تشبیه شده است «وَأَلْبَسَنِي عَافِيَتِكَ» و در فرهنگ عامه مردم ایران و بسیاری از مسلمانان دیگر دنیا، در گذشته، لباسی به نام «لباس طلسمات» با هدف جلوگیری از چشم زخم و همین‌طور جلب محبت محبوب و محافظت در میدان‌های رزم و جلوگیری از طلسم و جادو شدن، مورد استفاده قرار می‌گرفته است و نمونه آن، در موزه آستان قدس رضوی موجود است [۴]. طبق باورهای قدیمی لباس می‌تواند در درمان بیماری‌های جسمی مؤثر و مفید واقع شود. حتی امروزه شاهد هستیم بسیاری از خانواده‌ها در موقع ابتلای فرزند خود به بیماری سرخک، پیراهن قرمز برتن کودک می‌کنند و یا در زمان به دنیا آمدن نوزادی که زردی دارد، پوشانیدن پیراهن رنگ زرد، بر تن نوزاد را، باعث تشدید بیماری می‌دانند.

در این مقاله سعی می‌شود براساس معیارهای علمی، بر مبنای شواهد قابل اثبات، امکان اثربخشی لباس بر درمان بیماری‌های جسمی مورد بررسی قرار گیرد. تأثیرات قطعی برخی خصوصیات لباس، مانند اثرات جنس و رنگ بر حالات روحی و روانی انسان به اثبات رسیده است. در تکمیل این مطالعات و با هدف بررسی تأثیر لباس بر درمان بیماری‌های جسمی، این مقاله به نگارش در آمده است. از آنجایی که سلامتی بزرگترین نعمتی است که بدون آن بهره بردن از سایر نعمت‌ها امکان پذیر نیست و حفظ سلامت و درمان بیماری‌های افراد یک جامعه در سلامت روحی و صرفه جویی در هزینه‌های درمانی افراد آن جامعه بسیار مؤثر است، هدف اصلی این مقاله، بررسی امکان اثرات درمانی لباس، بر روی برخی بیماری‌های جسمی می‌باشد که خود می‌تواند مقدمه‌ای برای مطالعات بعدی و اثبات این موضوع باشد.

موضوع این مقاله با توجه به اهمیت اشاره شده، از چند جهت باید بررسی شود. به عبارت دیگر، پیش از این که بتوانیم نظریه‌ای در این خصوص اثبات یا رد کنیم، باید پدیده‌های طبیعی و ماوراءطبیعی مانند: علوم خفیه، معجزه، تلقین، دعا، فرکانس‌های شفا بخش، ایمان و ارتباط این موارد را با اثربخشی لباس، به لحاظ علمی بررسی کنیم و به این سؤال اصلی پاسخ دهیم:

- آیا از نظر علمی، لباس می‌تواند به عنوان یک وسیله درمانی باعث بهبود بیماری‌های جسمی شود؟
- و پاسخ به دیگر سؤالاتی که چه ارتباطی بین درمان روح با درمان جسم و تأثیر متقابل این دو برهم وجود دارد؟ و کدام پدیده‌های طبیعی و ماوراءطبیعی در این مورد دخیل و مؤثر هستند؟

برای پاسخ به این پرسش‌ها، این مقاله، متکی به تحقیق و پژوهش بسیار از منابع جدید برگرفته از علوم رفتاری و روانشناسی و علوم طبیعی و ماوراء طبیعی است. مراحل کار عبارت است از جمع‌آوری مشاهدات مختلف و طرح مسئله و پرسش‌هایی که با آن روبرو هستیم و با ارائه راه حل و پاسخ احتمالی برای حل مسئله، یک فرضیه ارائه گردید و با بررسی نتایج آزمایش‌های تجربی که تاکنون توسط دانشمندان و محققین صورت گرفته است، این فرضیه که مفهیم و پدیده‌هایی مانند: باور، ایمان و تلقین، می‌توانند بر سلامت و آرامش روانی و جسمی ما تأثیر ملموسی گذارده و اساس پیوند و ارتباط با شفابخشی را تشکیل دهند، مورد بررسی قرار گرفت. موضوع اثر درمانی لباس، یکی از مسائل چالش برانگیز و پر دامنه‌ای است که فاقد وجه تجربی و عینی می‌باشد و معمولاً برپایه پیش‌فرض‌ها، ذهنیات و گرایش‌های شخصی (و نه الزاماً به صورت نظریه‌ای) درباره این مورد قضاوت شده است. اگرچه تا کنون وظایف گوناگونی از لباس عرضه شده است، اما در مورد بُعد درمان جسمی آن، اقدامی شایان صورت گرفته است.

در این مقاله به صورت خاصی به مقوله پوشاک در ابعاد درمان و سلامت جسمی و عوامل تأثیرگذار بر شکل‌گیری آن پرداخته شده است. با توجه به این که در هرم نیازهای حیاتی انسان، پس از غذا و خورد و خوراک، پوشاک مهمترین اولویت شناخته می‌شود، از این‌رو در طرح نظریه و مسئله وظایف مختلف لباس، امکان اثرات درمانی لباس، به مثابه فرضیه‌ای جدید یک مسئله مهم است.

این تحقیق بر پایه فرضیه‌های ذیل شکل گرفته است:

- فرضیه اصلی، این است که لباس می‌تواند در روند بهبود بیماری مؤثر باشد.
- فرضیه فرعی اول، لباس را به عنوان یک واسطه که برای پدیده‌های طبیعی و ماوراءطبیعی، نقش داشته و به همین دلیل می‌تواند اثرات و وظایف مختلفی را از خود بروز دهد، معرفی می‌کند.
- فرضیه فرعی دوم، علت انتخاب لباس به عنوان واسطه برای پدیده‌ها، در اولویت بودن آن به عنوان یک نیاز اساسی، در هرم نیازهای انسانی، نسبت به تمامی اشیاء و وسایلی است که ممکن است مشابه لباس و به عنوان جایگزینی برای آن، باهدف درمان‌گری، تلقی شوند.

پیشینه پژوهش

با مراجعه به مدارک و اسناد و پیشینه پژوهشی این محبت، مطالعات قبلی انجام شده در این مورد به بررسی تأثیرات ویژگی‌های یک لباس به خصوص، رنگ آن بر درمان بیماری‌های روحی، پرداخته می‌شود و حاصل این مطالعات، بیانگر تأثیر قطعی برخی ویژگی‌های لباس بر درمان بیماری‌های روح است و در مورد تأثیرات لباس بر جسم، به راحتی و سلامت بدن در ارتباط با جنس و بافت لباس توجه شده است. برای نمونه، برای لباس‌های زیر، که در تماس مستقیم با بدن هستند، توصیه به استفاده از پارچه‌های پنبه‌ای و نخی و پرهیز از جنس پلاستیکی و نایلون شده است. خانم مهدیه اکرمی فرد در مقاله «تأثیر لباس بر سلامت انسان از منظر اسلام و علم» به لباس به عنوان وسیله‌ای مؤثر در درمان بیماری‌های روحی و جسمی اشاره کرده است و خانم پریسا دادو و مهدی امامی قره حاجلو در مقاله «تأثیر رنگ لباس بر روی برخی از مؤلفه‌های سلامت روانی افراد» به بررسی اثرات درمانی یکی از ویژگی‌های لباس، یعنی رنگ بر روی برخی بیماری‌های روحی پرداخته‌اند.

روش پژوهش

این پژوهش از لحاظ روش شناسی به صورت توصیفی-تحلیلی است. برای گردآوری داده‌های توصیفی از اسناد کتابخانه‌ای و برای گردآوری داده‌های تحلیلی پژوهش به دو روش ۱- استفاده از اطلاعات و مدارک موجود ۲- مشاهده، استفاده شده است و برای آماده کردن داده‌ها، اقدامات بدین ترتیب بوده است: مرتب کردن و تنظیم داده‌ها، کدگذاری داده‌ها و سازماندهی داده‌ها و سپس تطبیق و تجزیه و تحلیل داده‌ها و پردازش بر روی داده‌ها از روش استنباطی، اقدام

شده است. در طول انجام این مراحل، نخستین گام در حل مسئله، شرح پدیده درمانی و شفا با لباس بوده است. از آنجایی که یک فرضیه چه اثبات شود چه نشود باید پایه و اساس روش‌های علمی باشد، این ضرورت رعایت شد که پس از مشاهدات گوناگون در ارتباط با یک پدیده طبیعی و استخراج سؤال درباره چگونگی و نه چیستی آن پدیده، این فرضیه ارائه گردد که به صورت بالقوه، پاسخی برای آن سؤال و مشاهدات باشد و در نهایت، نظریه احتمال اثرات درمانی لباس بر بیماری‌های جسمی، مطرح گردید.

تعریف لباس

لباس بر تن پوشیده می‌شود و بدن را از گرما، سرما و دیگر مخاطرات موجود در طبیعت حفظ می‌کند. در معانی کاربردی پوشاک در سیر تحول تاریخی آن، به جز جنبه محافظتی آن، می‌توان به کاربردهای جادویی، قدرت نمایی، حجاب و حیا، هویت بخشی و غیره اشاره کرد. لباس گویش تظاهری، عملی و نشانه‌ای برای بیان محتوای فرهنگی یک جامعه می‌باشد و به جز وظیفه پوشاندگی و محافظت، دارای نقش‌هایی چون زیبایی، هویت بخشی و جزئی جدید از زبان بدن است. لباس یک نشانه هویتی است که با بررسی آن می‌توان رد پای مباحث جغرافیایی، تاریخی، سیاسی، اجتماعی و هنری را در یک جامعه خاص را یافته و بدین ترتیب به بسیاری از راز و رمزهای پوشیده در دل تاریخ پی برد [۵].

تأثیر لباس بر جسم

عوامل تأثیرگذار جنس لباس بر جسم، به سه دسته کلی تقسیم می‌شوند: تولید و انتقال بار الکتریکی، قابلیت نفوذ پوشاک و بازتاب و دفع تشعشعات درونی و بیرونی. هریک از این عوامل به گونه‌ای می‌توانند باتوجه به جنس لباس متغیر باشند و آثار متفاوتی را بر انسان ایجاد کنند. در میان همه انواع پوشاک، آنهایی که از جنس پنبه یا کتان تهیه شده باشند مناسب‌ترین پوشاک محسوب می‌شوند، چرا که بار الکتریکی را در بدن افزایش نمی‌دهند و بدین وسیله موجبات آرامش اعصاب و افزایش تحمل انسان را فراهم می‌کنند و به دلیل داشتن شباهت بیشتر با پوست انسان از نظر فیزیولوژیکی قابلیت نفوذ بیشتری داشته و به دفع حرارت مازاد بدن کمک کرده و با جلوگیری از اختلالات ناشی از عدم دفع حرارت مازاد بدن، در تضمین سلامت انسان نقش مؤثری ایفا می‌کنند. پوشیدن لباس‌های تنگ، به خصوص اگر ساعت‌های طولانی باشد تأثیر بدی بر بدن انسان می‌گذارد و سلامتی فرد را به مخاطره می‌اندازد. از جمله این تأثیرات می‌توان به اختلال خون‌رسانی در عروق، کاهش عمل تنفس، افزایش بیماری‌های عفونی و رفاکس معده، ایجاد خستگی و کوفتگی، ایجاد مشکلات گوارشی، گسترش تومور سرطانی سینه و ایجاد کهیر، حساسیت و آلرژی پوستی اشاره کرد. همچنین پوشیدن لباس‌های تنگ، احتمال ابتلا به عفونتهای قارچی و میکروبی را بالا می‌برد [۵؛ ۶].

تأثیر لباس بر روح و روان

لباس می‌تواند تأثیرات مثبت و منفی بر سلامت روان افراد بگذارد. لباس، راهی برای نشان دادن هویت و احساس انسان‌ها است و تأثیر مستقیمی نه تنها بر روحیه، رفتار، آراستگی ظاهر، بلکه بر درون، خلق و خو و اعتماد به نفس دارد. از این رو بسیاری از احساسات انسان‌ها می‌تواند ناشی از مدل لباس و حتی رنگ آنها باشد [۵].

شناخت پوششی

پروفسور آدام گالینسکی^۱ از دانشگاه نورت وسترن^۲ این نظریه را مطرح می‌کند که، پوشش افراد، روی رفتار و عملکرد ذهنی آنها تأثیرگذار است. پروفسور گالینسکی برای یافتن پاسخ این پرسش، سه آزمون ساده و البته مرتبط با هم را انجام داد و از تعدادی دانشجوی خواست که در آزمون وی شرکت کنند. از بین این دانشجویها، گروهی لباس‌های همیشگی خود را به تن داشتند ولی به گروه دیگر گفته شد که روپوش سفید پزشکی را بپوشند. در پایان آزمایش مشخص شد خطاهای کسانی که روپوش سفید پوشیده بودند تا ۵۰ درصد از گروه مقابل کمتر است. پروفسور آدام گالینسکی، نتیجه این آزمون را چنین تعریف کرد: لباس می‌تواند روی فرایندهای روانشناختی کسانی که آن را پوشیده‌اند، تأثیر به‌سزایی بگذارد و در صورت پوشیدن لباس یک پیشه یا حرفه معروف به دقت عمل، در فرایندی خودبخودی، افراد هوشیاری و دقت عملکرد بیشتری از خود نشان دهند.

ارتباط بین جسم و روح

اعتقاد به دو بعدی بودن وجود انسان که از آن به ثنویت (دوگرایی) تعبیر می‌شود سابقه‌ای طولانی در تاریخ اندیشه بشر دارد و طبق این اعتقاد انسان در بعد مادی و جسمانی خویش خلاصه نمی‌شود بلکه از واقعیتی به نام نفس یا روح نیز برخوردار است. سقراط به عنوان نخستین فیلسوف یونانی که به طور جدی انسان را محور تأملات خویش قرار داده بر تمایز نفس و جسم انسان تأکید داشته است و معتقد بود که تن و روح از یکدیگر جدا نمی‌گردند. روح و بدن هر دو بر هم تأثیر می‌گذارند و بدون شک خلقیات، نفسانیات و احساساتی مانند ترس، غم و شادی موجب تغییر مزاج، ترشح بزاق و تغییرات جسمی می‌شوند و حتی در برخی موارد ترس و اندوه موجب مرگ یا ابتلای فرد به بیماری‌های شدید می‌گردد[۵].

تأثیر ویژگی‌های لباس بر سلامت

از آن جایی که لباس، تقریباً به طور دائم در تماس با بدن انسان است می‌تواند با توجه به اختلاف رنگ، جنس، مدل و اندازه‌ای که دارد تأثیرات متفاوتی بر سلامت انسان داشته باشد. بسیاری از خصوصیات لباس مانند رنگ، جنس و اندازه آن، تنظیم‌کننده عملکرد و فعالیت اعضای بدن است و به درمان بسیاری از بیماری‌ها کمک می‌کند[۶].

رنگ لباس

جدای از زیبایی، جلوه و شکوهی که رنگ‌ها به لباس می‌بخشند، در کاربرد اجتماعی نیز بازتاباننده ارزش‌های پذیرفته شده در فرهنگ مردم جامعه است. رنگ لباس در هماهنگی با جنس، سن، دوره‌های زندگی، موقعیت و منزلت پوشندگان معنا می‌یابد و با زبان رمزی و استعاری، ویژگی‌ها و صفت‌هایی مانند شرم و حیا، وقار و فروتنی، جاذبه و فریبندگی، بزرگی و حقارت، غرور و فروتنی، جاذبه جنسی، شادابی و سرزندگی، پیری و خمودگی، قدرت و ضعف، جنسیت، و وابستگی‌های قومی و گروهی و دینی پوشندگان لباس را نمایان می‌نماید [۵]. یکی از خصوصیات مهم لباس و مؤثر در درمان بیماری‌ها، خصوصیت رنگ لباس است. کروموتراپی^۳ یا رنگ‌درمانی، تأثیر رنگ‌ها و نورهای رنگی بر بیماری‌های روحی و جسمی است. آگوست پلبوسونتون^۴ یکی از اولین دانشمندانی بود که در سال ۱۸۷۶ با انجام آزمایش‌های دقیق و بسیار، به تأثیر نور و رنگ آبی در تحریک رشد انسان، گیاهان و دیگر جانداران پرداخت و به این

¹ Adam galinsky

² Northwestern University

³ Chromotherapy

⁴ August Pleasonton

نتیجه رسید که رنگ در بهبود رشد جانداران مؤثر است. تأثیر کروموتراپی با لباس، بر روی جسم و روح انسان به اثبات رسیده است.

جنس لباس

الیاف پارچه‌ها به سه دسته، مصنوعی، طبیعی و ترکیب هردو تقسیم می‌شوند. الیاف طبیعی مانند ابریشم و پشم از پروتئین و الیافی مانند کتان از سلولز گیاهان تهیه می‌شوند و به پوست اجازه تنفس می‌دهند و باعث تعریق بهتر بدن می‌شوند و با پوست بدن کاملاً سازگاری دارند. اما پلیمرهای مصنوعی^۱ شامل نایلون^۲، پلی استر^۳، فایبرگلاس^۴، تنفس را برای پوست سخت می‌کنند. به علاوه، با بالا رفتن دمای بدن، مواد شیمیایی که از این پارچه‌ها آزاد می‌شود، جذب پوست می‌شوند. پارچه ریون^۵ از ماده‌ای به نام سلولز ساخته می‌شود که از تبدیل شیمیایی خمیر کاغذ به دست می‌آید. این ماده در نتیجه فرآیند خطرناکی تولید می‌شود و به تن کردن آن می‌تواند سلامت را به خطر بیندازد. پارچه‌های اکریلیک^۶ از اکریلونیتریل^۷ تولید می‌شوند که ماده ای سرطان زا است و باعث جهش ژنتیکی می‌شود. قرار گرفتن در معرض این ماده می‌تواند مشکلات جسمانی مختلفی از جمله سردرد، سرگیجه، سخت نفس کشیدن و بسیاری مشکلات دیگر به بار آورد [۷].

طرح و مدل لباس

گاهی نه تنها جنس لباس، بلکه اندازه لباس است که اگر تنگ و چسبان باشد، با بستن راه ترشح غدد عرق و چربی، موجب بروز حساسیت و عرق سوز شدن به ویژه در فصل گرما می‌شود. طرح و مدل لباس مناسب فصول و مشاغل مختلف نیز به حفظ سلامت جسم و روان کمک می‌کند [۸].

پدیده‌های مرتبط با لباس درمانی

در مطالعه بر روی اثر بخشی لباس بر درمان بیماری‌های جسمی، برخی پدیده‌های طبیعی و ماوراءطبیعی، با هدف میزان تأثیر و ارتباط آنها به عنوان یکی از عوامل شفا بخش در لباس، مورد بررسی و تحقیق قرار می‌گیرند. بررسی این پدیده‌ها نشان‌دهنده احتمال اثرات درمانی لباس به واسطه علوم طبیعی مانند طول موج رنگی و یا فرکانس‌های ساطع شده از لباس و ارتباط آن با دیگر پدیده‌های طبیعی و ماوراءطبیعی، خواهد بود.

پدیده‌های طبیعی

فرآیندهای تغییر را که به طور مداوم و خود به خود در طبیعت بدون دخالت انسان رخ می‌دهد و می‌تواند به تغییرات فیزیکی روی زمین پاسخ دهند، پدیده‌های طبیعی می‌نامند. پدیده واژه‌ای است فلسفی که به هر رویداد قابل مشاهده (به طور مستقیم یا غیر مستقیم) اطلاق می‌گردد. برخی پدیده‌ها، روزمره هستند و برخی تنها از راه بررسی دقیق با دستگاه‌های ویژه قابل مشاهده هستند.

¹ Synthetic polymer

² Nylon

³ Polyester

⁴ Fiberglass

⁵ Rayon

⁶ Acrylic

⁷ Acrylonitrile

پدیده طبیعی فرکانس شفابخش

در هر حالتی به فرمان خداوند کلیه کائنات و تمامی موجودات عالم، اعم از جاندار و غیرجاندار دارای جنبش می‌باشند که در علم به این جنبش، ارتعاش گفته می‌شود. در واقع از یک صندلی گرفته تا یک تکه کاغذ و یا سنگ روی زمین، از نوسانی دائمی برخوردار هستند و هر یک بسته به نوع خود دارای نوسانی خاص و متفاوت از دیگری می‌باشند. در بایورزوناتس، از ارتعاشات طبیعی که در تمامی اجسام و سلول‌های گیاهی و جانوری وجود دارد استفاده می‌گردد. هر سلول در یک (فرکانس) خاص و معین ارتعاش می‌کند و اگر سلول بیمار شود دارای فرکانسی متفاوت از فرکانس طبیعی خود خواهد شد [۹]. جهان فیزیکی ساخته شده از ارتعاشات صوتی است و تمامی کائنات، از آن جمله ارتعاش بدن هر بیمار، با فرکانس‌های مختلف در هر بیماری، قابل تشخیص است. در صورت پایین بودن نت C در صدای شخص می‌توان احتمال داد که در بدن او، عنصر روی کم است.

فرکانس ۵۲۸ که از آن با عنوان صدای معجزه یاد می‌شود ساختار ژنتیکی و DNA را بهبود می‌بخشد و برای اولین بار در سال ۲۰۱۰ توسط آقای جان هاچینسون^۱ از ونکوور کانادا (الکترومغناطیس شناس) به همراه دیگر فرکانس‌ها به منظور تصفیه آب آلوده مورد استفاده قرار گرفت. این فرکانس تنظیم شده با ریاضیات، سازگاری بالایی با طبیعت داشته و موسیقی‌ای را که با این فرکانس تنظیم شده باشد می‌توان دارای خاصیت شفادهندگی دانست. در این مقاله فرض می‌کنیم که لباس یک فرد، مانند تمامی اشیای دیگر، امکان کنترل این امواج را داشته باشد و بتواند بسته به فضای پیرامون این مراکز انرژی، به سیستم عامل آنها نفوذ پیدا کند. در واقع هاله انرژی لباسی که بدن را احاطه کرده توسط امواج دریافت شده از بیرون و نیز امواج صادر شده از سوی لباس، دچار تغییراتی مثبت و منفی می‌گردد. منظور از هاله در واقع همان میدان انرژی مغناطیسی می‌باشد که بدن انسان را همچون تخم مرغی دربر گرفته و به واسطه تصویربرداری هاله و با توجه به لکه‌های آن می‌توان متوجه بیماری‌های جسمی فرد در نواحی مختلف شد [۱۰].

پدیده طبیعی طنین شومان

اتوشومان^۲ دانشمند آلمانی که استاد دانشگاهی در مونیخ بود سال‌ها پیش به کمک دانشجویان خود مشغول مطالعه بر روی مطلبی بود که بعدها به طنین شومان معروف شد. این دانشمند به این نتیجه رسید که کره زمین یک سیگنال الکتریکی از خود تولید می‌کند که این سیگنال، فرکانسی تقریبی بین ۸ تا ۱۰ هرتز دارد. شومان به این نتیجه رسید که هم مغز انسان و هم طنین زمین دقیقاً فرکانسی معادل ۷.۸۳ هرتز دارند. در آزمایشگاه نیز آزمایش‌های دیگری را به مدت سی سال روی مردم انجام داد و این تحقیقات بر روی سیگنال‌های مغز در حال خواب و بیداری انجام گرفت و نتیجه گرفت که اگر انسان در معرض طنین زمین با فرکانس ۷.۸۳ هرتز قرار گیرد، استرس از وی دور می‌شود و همچنین سیستم ایمنی و دفاعی بدن خیلی خوب کار می‌کند و علائم بیماری از بدن انسان ناپدید می‌شود. حتی در معرض طنین زمین بودن باعث دفع افسردگی خواهد شد. در واقع طنین شومان زمین با طنین شومان مغز ما اگر هماهنگ شود، انسان دچار مشکلات و بیماری‌های جسمی و روانی نمی‌شود [۱۱].

پس رابطه مستقیمی بین طنین شومان زمین و سلامتی انسان وجود دارد. دانشمندی به نام مونته آیر^۳ با بررسی DNA به این نتیجه رسید که اگر دو رشته DNA را از هم جدا کنیم و سپس طنین شومان را بر آنها بتابانیم، هر رشته DNA می‌تواند زندگی خلق کند و این در حالی است که تا پیش از آن دانشمندان فکر می‌کردند که شروع هر نوع زایش و زندگی، محصول ترکیب اسپرم و تخمک و هاگ و دانه گیاه است و در واقع دو رشته DNA حتماً باید

¹ John W. Hutchinson

² Winfried Otto Schumann

³ Monte Ayers

در کنار هم باشند تا زندگی نو خلق شود و این در حالی است که این دانشمند کشف کرد که حتی با وجود یک رشته DNA و تاباندن طنین شومان به این رشته، زندگی خلق می‌شود. به فرکانس شومان یا نبض زمین، فرکانس «اوم»^۱ نیز گفته می‌شود.

پدیده طبیعی حافظه جمعی^۲

حافظه جمعی، نمودار یا تجلی گذشته مشترکی است که گروه یا جماعتی را به گونه‌ای به یکدیگر پیوند می‌دهد. هر گروه یا جماعت انسانی در این گذشته مشترک نه تنها در پی یافتن ریشه، هویت و پیوندی جمعی است، بلکه از پی یافتن و پرداختن آن گذشته مشترک به طرح چشم‌اندازی از آینده خود نیز می‌نشیند [۱۲]. بسیاری از مفاهیم لباس مانند جنس و رنگ از اثرات روان‌شناسی، شرایط بیولوژیکی و فرهنگی ریشه می‌گیرد. به نوعی که بعضی از این مفاهیم عمیقاً در مغز ما ریشه دارند. در طول گذشت هزاران سال از بدو خلقت انسان، این مفاهیم در ضمیر ناخودآگاه آدمیان شکل گرفته است. قرمزی و گرمی آتش و یک میوه کاملاً رسیده قرمز و یا جاری شدن خون قرمز یک حیوان شکار شده و بسیاری موارد دیگر در طول زمان، حافظه جمعی نسل‌های بعد را تا امروز شکل داده است و شاید به همین دلیل است که انسان امروزی با دیدن رنگ قرمز منقلب و تهییج می‌شود. حافظه جمعی نمودار یا تجلی گذشته و تجارب مشترکی است که گروه یا جماعتی با آن روبرو بوده‌اند. مطالعه روی رفتارهای دو گروه فیل با نژاد یکسان آفریقایی که محل زندگی این دو گروه با فاصله زیاد و در دو کشور آفریقایی با قوانین مختلف حفاظت از حیوانات، نشان می‌دهد که رفتارهای گذشته در مواجهه با هر گروه، روی حافظه جمعی، تأثیر شگفت‌انگیز و نمود بارزی در رفتارهای زمان حال و اکنون آنها دارد. گروهی که حدود ۲۰۰ سال قبل و پیش از وضع قانون منع شکار فیل‌ها، به کرات توسط افراد بومی منطقه شکار می‌شدند، با گذشت زمان و با وجود آن که چند نسل از شکار اجداد اولیه آنها، گذشته و فیل‌های نسل جدید هیچ‌گونه تجربه کشتار به‌دست انسان‌ها را نداشته‌اند، لیکن در مواجهه با انسان‌ها رفتاری بسیار پرخاشگر و تهاجمی دارند. گروه دوم در منطقه‌ای که به دلیل شرایط جوی و باتلاقی‌های خطرناک و همین‌طور تصویب قانون منع شکار فیل‌ها، از آسیب و شکار مصون بوده‌اند، رفتاری مسالمت‌آمیز و بدون خشونت از خود نشان می‌دهند. این نمونه جمعیتی در مورد حافظه جمعی، می‌تواند نشانگر تأثیر بسیاری از خصوصیات و ویژگی‌های لباس، مانند رنگ، جنس و طرح و نقش و مدل آن، در طول تاریخ و به واسطه حافظه جمعی انسان‌ها، بر روح و روان و جسم آنها باشد. انسان اولیه‌ای که با دیدن رنگ خون در زمان شکار و استمرار این تجربه در بین نسل‌های بعدی، رنگ قرمز را در ناخودآگاه خود، رنگ تهییج عواطف و خشونت، می‌داند.

طب سنتی

طب سنتی به دانش، مهارت و عملکردهایی بر اساس تئوری، عقاید و تجربیات بومی فرهنگ‌های مختلف اطلاق می‌شود که با هدف حفظ سلامتی، پیشگیری، تشخیص، بهبود و درمان بیماری‌های جسمی و روحی به‌کار گرفته می‌شوند. یکی از جنبه‌های بسیار رایج در طب سنتی استفاده از گیاهانی با خواص دارویی است. استفاده از این گیاهان در زندگی روزمره تا حدی تأثیرگذار است که حتی برای درمان بیماری‌های صعب‌العلاج نیز می‌توان به آنها امید داشت. تقریباً یک چهارم داروهای مدرن امروزه در اصل منشاء طبیعی دارند که پیش‌تر از آنها در طب سنتی نیز استفاده شده است در قرن حاضر تحقیقات گسترده‌ای در مورد گیاهان دارویی انجام شده و داروهایی با منشاء طبیعی افق‌های جدیدی را برای جامعه پزشکی، داروسازان و پژوهشگران گشوده است. عصاره‌گیری گیاهان با استفاده از حلال‌های متانول ۸۰ درصد، اتانول ۵۰ درصد، استون و هگزان (۱۰۰ درصد) انجام می‌شود و نتایج نشان می‌دهد که گیاهان دارویی، دارای خواص ضد رادیکالی هستند و عصاره الکلی متانولی ۸۰ درصد این گیاهان می‌تواند در صنایع مختلف به عنوان مواد

^۱ Aum frequency

^۲ Collective memory

آنتی‌اکسیدان طبیعی استفاده شوند [۱۳؛ ۱۴]. طب سنتی همین‌طور به مزاج لباس‌ها نیز اشاره دارد. رنگ و جنس لباس در طب سنتی به چهار دسته صفاوی و دموی و بلغمی و سوداوی تقسیم می‌شود. برای نمونه: لباس پشمی و ابریشم گرم و کتان سرد و لباس‌های از جنس آکرولیک و مواد پلاستیکی (نایلون) سرد هستند.

پدیده طبیعی هوشمندی مولکول‌ها

طبق تحقیقات اخیر برخی دانشمندان مفاهیم متافیزیکی محیط بر روی ترکیبات مولکولی بسیاری از عناصر طبیعی پیرامون ما مؤثر است. انرژی ارتعاشی، افکار، نظرات، موسیقی، دعا و نیایش بر ساختار مولکولی اشیایی که حاوی آب یا خاک و دیگر عناصر طبیعی هستند، اثر می‌گذارد.

همان‌طور که در یکی از مباحث قبل، به موضوع فرکانس‌ها و تأثیرات آن بر روی سلامتی بدن، اشاره شد، حدود ۸۰ درصد بدن انسان از آب تشکیل شده است. از آن‌جایی که فرکانس‌ها بیشتر روی آب تأثیر می‌گذارند پس بر روی بدن انسان هم تأثیر زیادی دارند [۱۵]. دانشمندی ژاپنی به نام ماسارو ایموتو^۱ با آزمایش روی آب مدعی شد که شکل مولکولی آب، تحت تأثیر انرژی یا ارتعاشات محیط، تغییر شکل می‌دهد. ایموتو تغییرات مولکولی آب را به وسیله تکنیک عکسبرداری میکروسکوپی الکترونیکی ثبت کرد. آب آلوده و سمی که از نواحی پرجمعیت و صنعتی به دست آمده و آب راکد لوله‌های آب و سدهای ذخیره به صراحت ساختار کریستالی تغییر یافته و تخریب شده نامنظمی را نشان می‌دهند [۱۶].

آب به صورتی زنده و تأثیرپذیر به هر یک از احساسات و اندیشه‌هایمان پاسخ می‌دهد. آب، ارتعاشات و انرژی محیطش را به خود می‌گیرد و جذب می‌کند؛ خواه آلوده، سمی یا راکد و کهنه باشد. در قرآن کریم سوره فرقان، آیه ۴۸، خداوند می‌فرماید: او کسی است که باده‌ها را بشارت‌گرانی پیش از رحمتش فرستاد و از آسمان، آبی پاک‌کننده نازل کردیم. در بعضی از روایات نقل شده است که باران ماه‌های حمل و ثور، خواص و آثار فراوانی دارد و اگر کسی مقداری از آن را در ظرف پاک جمع کند و سوره‌ها و دعاهایی را بر آن بخواند و از آن آب بخورد، از بیماری‌های گوناگون جسمانی و اخلاقی رهایی می‌یابد. «نیسان» ماه هشتم از ماه‌های رومی است که از بیست و سوم ماه حمل شروع می‌شود و تا سی روز ادامه دارد. از رسول الله (ص) روایت شده است که فرمودند: جبرئیل دوا و دارویی را به من یاد داده است. از ایشان سؤال شد: یا رسول الله این دوا چیست؟ فرمودند آب باران را جمع می‌کنید قبل از آنکه به زمین برسد و آن را در ظرفی تمیز می‌ریزید و بر روی آن هفتاد مرتبه می‌خوانید، پس از آن در هر صبح و شام به اندازه جرعه و قدحی می‌نوشی. این دارو سبب می‌شود که مریضی از بدن و استخوان و رگها و عروق رخت بریندد [۱۷].

پدیده‌های ماورای طبیعی^۲

شامل پدیده‌های فرضی است که تابع قوانین طبیعت نیستند. طبق تعریف، یک رویداد ماوراءالطبیعه مستلزم نقض قانون فیزیکی است و به اشخاص غیرفیزیکی نسبت داده شده است. بر خلاف فلسفه طبیعت‌گرایی که ادعا می‌کند که همه پدیده‌ها از نظر علمی قابل توضیح هستند و چیزی فراتر از جهان طبیعی وجود ندارد، نیروهای فراطبیعی از طریق روش علمی بازنمودنی و اثبات‌پذیر نیست [۱۸].

^۱ Masaru emoto

^۲ Supernatural

خرافات

خرافات (جمع واژه عربی خرافه) به معنی اعتقاد غیرمنطقی و ثابت نشده به تأثیر امور ماورای طبیعت در امور طبیعی و به عبارت دیگر، هر نوع پندار عجیب برای مردم عوام یعنی عقاید غیر واقعی است. با این که رواج خرافات بر پایه‌های غیر عقلانی استوار است، بشر برای واداشتن به امری یا بازداشتن از کاری، تسکین، تلقین و انتقال شر و در سطحی کلی برای جلب منفعت یا دفع ضرر، از خرافات استفاده می‌کند [۱۹].

در فینال رقابت‌های لیگ قهرمانان اروپا، سال ۲۰۲۱ دو تیم «چلسی» و «منچسترستیتی» در پی کسب عنوان قهرمانی بهترین جام فوتبال اروپایی بودند و نکته مهم در این بازی‌ها، تغییر پیراهن‌های آبی چلسی بود. باشگاه چلسی، این پیراهن آبی را از چند هفته قبل از شروع بازی‌ها، رونمایی کرده بود و در ابتدای رقابت‌ها، لباس جدید توسط بازیکن‌ها پوشیده شده بودند اما در رقابت آخر، اعضای هیأت مدیره باشگاه و بازیکن‌ها تصمیم گرفتند که از لباس فصل گذشته خود استفاده کنند و دلیل آن را بدبینی و بدشگون بودن لباس جدید، عنوان کردند. آیا این تصمیم باتوجه به نیروی تلقین و جذب و توجه به حالات روحی و روانی بازیکن‌ها صورت گرفت و این امور فقط خرافات و کاملاً بدون تأثیر هستند و یا اموری ماورای طبیعی می‌باشند که طبق قانون علت و معلول بر روی جسم و ذهن، تأثیر واقعی گذاشته و نتیجه‌ای واقعی از آنها حاصل می‌شود.

پدیده ماورای طبیعی اثر پلاسیبو^۱

پلاسیبو یعنی: خوب خواهیم شد و به استفاده از روش‌های درمانی صوری و تلقینی گفته می‌شود که می‌تواند با فریب بیمار، اثر مثبتی در روند بهبودی وی داشته باشد. اثر درمانی که از به کار بستن چنین روش‌هایی حاصل می‌شود را نیز اثر پلاسیبو می‌نامند. رایج‌ترین روش‌ها برای ایجاد اثر پلاسیبو استفاده از دارونما (چیزی به ظاهر شبیه به دارو بدون هیچ اثر واقعی) و جراحی‌های دروغین است. در روند استفاده از شبه داروها، یک قرص بدون اثر به بیمار داده می‌شود و به او گفته می‌شود که با خوردن این قرص حالش بهبود می‌یابد. تجربیات پزشکان نشان داده‌است که این پدیده روانی تأثیر بسیار بالایی در بهبود بسیاری از بیماران دارد. شرکت‌های داروسازی در مسیر ساخت دارو از این نوع دارونما به عنوان کنترل گروه شاهد استفاده می‌کنند [۲۰].

پدیده ماورای طبیعی تلقین

تلقین یک عملکرد روانشناختی است که در پی آن فرد، افکار، احساسات، رفتار و نگرش خود را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تلقین تأثیرات بسیار زیادی بر زندگی افراد می‌گذارد که می‌توان آن را در جهت مثبت و رسیدن به هدف به کار گرفت. در این حالت پاسخی به یک محرک به صورت غیرارادی داده می‌شود. فرد ممکن است از یک محرک نتیجه نگیرد یا نتیجه‌ای را که می‌خواهد نگیرد اما در صورتی که چیزی را که می‌گوید یا می‌شنود باور داشته باشد و قبول کند، پاسخ به آن محرک داده می‌شود [۲۰؛ ۲۱]. هیچ تلقینی را نمی‌توان بدون خواسته ذهن خودآگاه در ذهن ناخودآگاه وارد کرد. ذهن خودآگاه توانایی این را دارد که تلقین را دور کند. دکتر امیل کوئه^۲ روان‌شناس و داروساز فرانسوی، کسی بود که تلقین را کشف کرد. او در داروخانه مشغول کار بود که یکی از بیمارانش با شکایت از این که داروهایش اثری نداشته و باعث بهبودی بیماری‌اش نشده است وارد شد. در آن لحظه به ذهن دکتر کوئه رسید که قرص‌های قبلی را بگیرد و همان قرص را با رنگ و کپسول جدید به بیمار بدهد. در زمان تحویل دارو به او گفت که این قرص تازه به دست او رسیده و بیماران زیادی را بهبود بخشیده و مطمئن باش که برای تو هم مؤثر است. بعد از چند روز شخص به سراغ

^۱ Placebo effect

^۲ Émile Coué

دکتر کوئه آمد و از او بابت دارو تشکر کرد که توانسته است حال او را خوب کند. دکتر کوئه کشف کرد که حرف‌های او توانسته به شخص القا کند که این بهترین داروی موجود است که تأثیر زیادی دارد. در نتیجه چیزی به نام تلقین را به طور جدی، در جامعه علمی مطرح کرد. البته قبل از وی دانشمندان بزرگی مانند انیشتین، نیوتن و روان‌شناسان بزرگی مانند، فروید به قدرت تلقین، اشاره کرده بودند. ضمیر ناخودآگاه انسان در مقابل جملاتی که به دفعات تکرار می‌شوند، نمی‌تواند مقاومت کند و بالاخره آن را قبول خواهد کرد. ضمیر ناخودآگاه قدرت تشخیص ندارد و بدون تشخیص مثبت یا منفی بودن جملات، کلیه جملاتی را که به آن گفته می‌شود قبول می‌کند و این که آیا در مورد لباس نیز همین تلقین و یا دیگر پدیده‌ها عامل شفافبخشی آن می‌شوند یا خیر، سوآلی است که پاسخ آن بعد از بررسی برخی پدیده‌های طبیعی و ماورای طبیعی در نتیجه مقاله داده خواهد شد [۲۲].

پدیده ماورای طبیعی اختلال روان‌تنی یا سایکوسوماتیک^۱

بیماری روان‌تنی یا سایکوسوماتیک در حقیقت دردهایی هستند که در اثر تنش، فشار روانی، استرس مزمن یا سرکوب فشارهای روانی در بدن ایجاد می‌شود. این دردها در حقیقت هیچ منشأ جسمی ندارند. بنابراین دارودرمانی برای التیام آنها کارساز نیست. در واقع بیماری‌های روان‌تنی در گروه اختلالات اضطراب قرار می‌گیرند. اما تفاوت سایکوسوماتیک با سایر اختلالات اضطرابی در این است که در چنین حالتی استرس‌ها خود را به صورت دردهای جسمانی و فیزیکی بروز می‌دهند [۲۳]. بدن تابع حالات روحی است و برخی اندیشه و تصورات چه مثبت و چه منفی، بر بدن تأثیر می‌گذارند. بسیاری از افراد مبتلا به بیماری صعب‌العلاج پس از اطلاع از بیماری خود، سیر رشد و پیشرفت بیماری در آنها بیشتر شده است. بسیاری از فلاسفه بزرگ مانند ابن سینا و شیخ اشراق اعتقاد داشتند که روح قوی می‌تواند بر بدن افراد دیگر از طُرُقی مانند خواب مصنوعی یا تلقین نفسانی و سحر و چشم زخم و دخالت نیروهای مافوق طبیعی اثر بگذارد. از نظر ابن سینا، علت بسیاری از بیماری‌های جسمی در حقیقت تنش‌ها و فشارهای روانی فرو خورده شده یا سرکوب شده هستند. سردردهای تنشی و عصبی، میگرن، گردن درد، فشارخون، مشکلات گوارشی، دیابت، ریزش مو و فلج اندام و حتی پوسیدگی دندان‌ها، تقویت‌کننده این نظریه هستند که علتی روان‌شناختی مسبب این علائم جسمانی هستند و با رفع اضطراب و ایجاد آرامش روحی در فرد، جسم وی نیز رو به بهبود نهاده و مشکل مرتفع شده است [۲۲؛ ۲۳].

پدیده ماورای طبیعی جذب

جذب به عنوان یک قانون قطعی در گرو اثبات علمی است و دلیل محکمی برای اثبات آن وجود ندارد. روایت است که امام رضا(ع) می‌فرماید: به خداوند گمان نیک و حسن ظن داشته باش، پس به درستی که خداوند عزوجل می‌فرماید من در نزد گمان بندهام هستم، اگر بر من گمان خیر ببرد همان خیر را برای او رقم می‌زنم، و اگر گمان بد ببرد همان را. یعنی مثبت‌اندیشی و منفی‌اندیشی در نتیجه نقش دارد، اما با رنگ و بویی الهی، نه مادی. نهایت چیزی که برای قانون جذب می‌توان قائل شد این است که تمرکز بر هدف موجب عزم بر پی‌گیری و مجاهدت در آن مسیر می‌شود و این جدیت به تحقق آن منجر می‌شود [۲۱].

قانون جذب نیازمند تمرکز بر هدف و فکر به آن است و شفا یافتن با پیراهنی که بر آن هدفی مثبت متمرکز شده است، با هیچکدام از قوانین علمی قابل اثبات نیست اما در این که موارد متعددی باعث شفا شده است، شواهد و مستندات قابل اثبات وجود دارد. گاهی اصلا خود شخص هیچ توجهی به بیماری و بهبودی خود ندارد، مثلا شخصی برای شفای

¹ Psychosomatic disorder

کودک خود، متوسل شده است و یا بیماری که در بیهوشی و کما است و مانند آن که هیچ نقشی ذهنی و تمرکز نمی‌توان در این بین تصور کرد، با مثبت اندیشی و جذب و طلب شفای خانواده‌اش درمان شده است.

پدیده ماورای طبیعی تبرک

تبرک درخواست خجستگی، میمنت و نوعی طلب التفات و لطف از خدا یا موجوداتی مقدس است که نزد خدا احترام خاص دارند. در صورت شفایافتن فردی بیمار، تکه‌های لباسی که برتن او بوده است و یا هنگام زیارت مکانی مقدس یا زیارت قبور قدسین، با کشیدن تکه پارچه‌ای بر در و دیوار آن مکان، این پارچه متبرک شده را به عنوان تبرک همراه با خود نگاه می‌دارند. این باور در بین تمامی ملت‌ها و ادیان دنیا وجود دارد و مشروعیت و جواز تبرک را پیروان همه مذاهب اسلامی پذیرفته‌اند و تنها وهابیان به تبعیت از دیدگاه ابن تیمیه، مشروعیت آن را انکار کرده‌اند. تبرک و استشفای به چیزی برای پرستیدن آن نیست. هرساله پرده خانه خدا، کعبه که تعویض می‌شود، پرده سال قبل را با تشریفات خاصی و به عنوان احترام به کشورها و سفرای آنان قطعه قطعه کرده و به عنوان تبرک پیشکش می‌دهند [۲۴]. روایت است پس از تصلیب حضرت عیسی(ع)، رداى حضرت را از یکی از سربازان رومی که وی را به صلیب کشیده بود، خریداری کرده و آن را به تغلیس می‌برند. سلطان شاه عباس صفوی که همسر سوگلی او مسیحی بود، در یکی از لشکرکشی‌های خود به گرجستان و پایتخت آن تغلیس، رداى مسیح را که در سردابه کلیسای جامع و در صندوقچه زرین قرار داشت، به اصفهان منتقل می‌کند و بعدها به نشانه حسن نیت و برقراری پیوند دیپلماتیک آن را به گروزمین اورسام بیگ که سفیر ایران بوده است، می‌سپارد تا عازم مسکو شود و آن را تحویل تزار روس از خانواده رومانف دهد.

روایت شده است، نخستین روزی که جارچیان در مسکو، جار زدند که در میدان شهر برای زیارت صندوقچه مبارک رداى مقدس، مردم جمع شوند، در آن روز بیمارانی بر اثر مسج این ردا شفا یافتند و از آن پس تزار و بزرگان روس، هنگام بیماری و گرفتاری به زیارت رداى مسیح می‌رفتند تا شفا یابند. در زمان لشکرکشی ناپلئون بناپارت به مسکو، وی نتوانست ردا را پیدا کند و کرملین را به آتش کشید. بعدها نیز به فرمان لنین، کلیساها تخریب و ناقوس‌ها ذوب شدند. پس از فروپاشی شوروی بالاخره پاره‌های رداى مسیح که اینجا و آنجا پنهان شده بود، به تدریج جمع‌آوری شد و اکنون در کلیسای اعظم مسکو نگهداری می‌شود [۲۵].

پدیده ماورای طبیعی معجزه

معجزه رویداد یا اتفاقی است که نمی‌توان آن را به روش علمی بررسی و اثبات کرد. معجزه را می‌توان به قدرتی فراطبیعی نسبت داد. به طور غیر رسمی، کلمه معجزه به طور معمول، برای توصیف اتفاقاتی که از نظر احتمالی بعید است، اما مغایر با قوانین طبیعت نیست به کار می‌رود. یک معجزه واقعی یک پدیده غیرطبیعی است و این موضوع باعث می‌شود بسیاری از متفکران، معجزه را مغایر با قوانین طبیعت و از نظر فیزیکی غیرممکن بدانند. (برای تاییدپذیری نیاز به نقض قوانین فیزیکی است) در اندیشه اسلامی، معجزه، امری خارق‌العاده است که از راه علل ماورای طبیعی با اراده خدا از شخص مدعی نبوت به نشانه صدق ادعای وی، همراه با مبارزه طلبی ظاهر می‌شود [۲۶].

معجزات پزشکی

پروفسور ژاکلین دافین^۱ استاد دانشگاه و متخصص خون‌شناسی و تاریخ‌دان دانشگاه کوئین کانادا و نویسنده کتاب «معجزات پزشکی» موارد متعددی از شفای بیماران را بدون علت قابل اثبات علمی آن مطرح می‌کند.

^۱ Jacqueline Davies

موارد متعدد دیگری از این گونه شفای بیماران در داخل کشور توسط اساتید و پزشکان معتمد و صاحب تخصص گزارش شده است [۲۷].

پدیده ماورای طبیعی علوم خفیه یا غریبه

علوم خفیه یا علوم غریبه، دسته‌ای از باورها و اعمال فراطبیعی است که عموماً از حیطة دین و علم خارج است و شامل پدیده‌هایی از جمله عرفان، معنویت و جادو می‌شود. همچنین می‌تواند به ایده‌های ماورای طبیعی مانند ادراک فراحسی و فراروانشناسی اشاره کند. در کتاب «طلسم: گرافیک سنتی ایران» نوشته پرویز تناولی و «بادهای افسون» نوشته پرویز براتی از جمله پژوهش‌های حایز اهمیت در این عرصه به‌شمار می‌رود.

آثار برخی دانشمندان قدیم که در رأس آنها ابن سینا قرار دارد علوم را به چند دسته تقسیم کردند که یکی از آنها علوم خفیه یا غریبه است. علوم غریبه از جمله علمی است که هرکسی توانایی پذیرش مبانی‌اش را و یا تقوای آن را نداشته باشد ممکن است دست به تصرفات غیر مجاز بزند. ابن سینا در نوشته‌هایش علوم غریبه و آثار سحر و طلسم را مردود شمرده است بلکه معتقد بوده انکار چیزی دلیل بر محال بودن آن نیست. یکی از کتاب‌هایی که زکریای رازی در باب ماوراطبیعه نوشت «فی ان الحركه معلومه غیر مرئیة» می‌باشد. وی به تأثیرات ماوراءطبیعی، بر درمان بیماری‌ها می‌پردازد [۲۸؛ ۲۹].

پدیده ماورای طبیعی جادو

سحر یا جادو، آیین‌ها یا اعمالی هستند که با خدعه، باطل را به صورت حق نشان می‌دهد و بر بدن و عقل فرد سحر شده، گاهی با مدد از نیروهای ماورای طبیعی و گاهی طبیعی، تأثیر بگذارد [۳۰].

در مجموع ۵۸ آیه در مورد سحر پیدا شده است. از ۱۱۴ سوره قرآن این کلمه در ۲۲ سوره آمده است که همگی این آیات مورد بررسی قرار گرفته‌اند. از نشانه‌هایی که در آیات بررسی شد، می‌توان دریافت کرد سحر، از رایج‌ترین نسبت‌هایی بود که مشرکان به پیامبر می‌دادند. خداوند برای دعوت پیامبران به خداوند یکتا دروغ نمی‌گوید و برای نبوت از سحر استفاده نمی‌کند بلکه با صداقت و دلایل عقلی مردم را دعوت می‌کند و انسان‌ها را به معاد آگاه می‌کند. در بسیاری موارد لباس یا تکه‌ای از آن از لوازم مهم جادو محسوب می‌شود و با تکه‌ای از لباس که بر روی آن جادو را انجام می‌دهند برای جلب یک فرد و یا شفا یافتن بیماری و یا ایجاد مشکلاتی برای او، استفاده می‌کنند.

این‌گونه می‌توان تحلیل کرد که شواهدی نظری و تجربی برای پیوند برخی خصوصیات و ویژگی‌های لباس همراه با پدیده‌های طبیعی و ماورای طبیعی دخیل در این ویژگی‌ها و امکان ارتباط آنها باهم به عنوان عامل شفا بخشی لباس، وجود دارد. بیان نظریات مربوط به امید، خوش‌بینی، توهم مثبت و شکوفایی نشان می‌دهد که یکی از عوامل مهم تأثیرگذار، عوامل روانی است که می‌تواند قدرت شفا بخشی لباس را در معادلات خود لحاظ کند. این مسأله اساس پیوند و ارتباط پدیده‌ها را با شفا بخشی لباس، تشکیل می‌دهند. تا زمانی که نتوانیم به علت پیوند و چگونگی ارتباط بین پدیده‌هایی مانند ایمان، دعا، شفا بخشی و... پاسخ دهیم، این موضوع همچنان به‌مثابه موضوعی جنجال‌برانگیز در حاشیه باقی خواهد ماند. به طور کلی بحث اصلی مقاله حاضر تأثیر لباس به‌مثابه توجیهی بالقوه به طور خاص برای شفای بیماری‌ها است. هدف نشان دادن این مسأله است که بسیار فراتر از موضوعی که دانشمندان و پزشکان می‌توانند اثبات کنند، معیاری متقن وجود دارد که مبتنی بر علل طبیعی و فراطبیعی است. در مجموع باید گفت که برخی پدیده‌های طبیعی و ماورای طبیعی مرتبط با ویژگی‌های لباس، می‌توانند از طریق واسطه لباس نقش آفرینی کنند.

نتیجه‌گیری

این‌گونه می‌توان نتیجه گرفت که لباس مانند بسیاری از پدیده‌های ارائه شده یک وسیله در روند بهبود بیماری است و به عنوان یک عنصر اصلی در درمان مؤثر نمی‌باشد.

علت آن ارتباط و پیوستگی و تأثیر متقابل بین روح و جسم است که این پیوند و ارتباط، موجب می‌شود پدیده‌های طبیعی و ماورای طبیعی از طریق لباس، که با جسم و روح انسان در تماس است، عمل کرده و تأثیرات خود را نمودار کند و با این نتیجه، فرضیه اصلی خاصیت درمان کنندگی لباس بر درمان بیماری‌های روحی و جسمی و تأثیر لباس را به عنوان یک واسطه برای پدیده‌های طبیعی و ماوراءطبیعی قابل تایید و اثبات خواهد بود.

علت انتخاب لباس به عنوان واسطه برای پدیده‌ها، در اولویت بودن آن به عنوان یک نیاز اساسی، در هرم نیازهای انسانی، نسبت به تمامی اشیاء و وسایلی است که ممکن است مشابه لباس و به عنوان جایگزینی برای آن، باهدف درمان‌گری، تلقی شوند، می‌باشد.

- نخست این که برخی از این پدیده‌ها می‌توانند از طریق رفتارهای سالم که سبب تقویت مقاومت بدن و تسهیل روند درمان می‌شوند، شفا ایجاد کنند. رفتارها و برآیندها و تأثیرهای انگیزشی آنها می‌توانند سیستم‌های ایمنی و غدد درون‌ریز را تنظیم کنند. رفتارهای مرتبط با سلامت که ریشه در باورها و تلقی‌های ایمانی دارند، می‌توانند از طریق کاهش خطر آسیب‌پذیری و دیگر بازدارنده‌های بیماری، بر روند سلامت تأثیر بگذارند.

- دوم سبب ایجاد پاسخ‌های احساسی می‌شود و این خود می‌تواند استرس را کاهش دهد و تأثیرات مثبتی بر جسم انسان بگذارد. به علاوه اعتماد به دیگران و تقویت روحیه همیاری بین اشخاص و تقویت روحیه توکل به خدا پیامدهای روانی و روان-جسمی مثبتی برای فرد دارد و می‌تواند به نوعی عامل پیشگیری از بیماری نیز باشد.

- سوم از طریق ایجاد چارچوبی ذهنی که توانایی شفا بخشی فرد را از درون تقویت می‌کند، لباس به عنوان واسطه‌ای برای آن پدیده، می‌تواند بیماری‌ها را شفا دهد. توهم‌های مثبتی که در زندگی با آنها به سر می‌بریم و شیوه‌های توجیهی و فکری‌ای و تجاربمان در جهان از آنها بهره می‌بریم همگی می‌توانند اثرات روانی تعیین‌کننده‌ای در ارتقای سلامت روانی ما داشته باشند. بنابراین بسیاری از این قبیل تفکرات و باورها برخاسته از پدیده‌های فوق طبیعی هستند و در نهایت به شخص کمک می‌کنند تا تجربیات روزمره خود را به گونه‌ای سامان دهد که بتواند بر چالش‌هایی از جمله بیماری، درد و دیگر مسائل آسیب‌زننده به سلامت فایز آید.

- چهارم از طریق ایجاد احساسات و عواطف مثبت و آرام‌بخش که اثرات زیان‌بار ناشی از استرس را از میان می‌برد یا کاهش می‌دهد، شفا دهد. ارتباط بین احساس، شناخت، و شاخص‌ها و سیستم‌های فیزیولوژیکی به لحاظ تجربی تأیید شده‌اند و همین‌طور بسیاری قوانین طبیعت می‌توانند بر شرایط تأثیر بگذارند و حتی پارامترهای سیستم ایمنی را نیز تحت تأثیر قرار دهند.

- پنجم از طریق ایجاد امید به آینده، آستانه تحمل درد و رنج و بیماری را بالا ببرد. شاخص‌های روان‌تنی حاصل از تعامل ذهن و بدن مستلزم روند خودساماندهی پارامترهای فیزیولوژیک می‌شود و کاهش درد و علائم بیماری این شاخص‌ها را تأیید می‌کند. تمامی این عوامل با توجه به ارتباط متقابل بین جسم و روح بر یکدیگر می‌توانند بر سلامت هر دو بعد انسانی روح و جسم، مؤثر باشند.

References

- [1] Ali, M. M. (2011). *Holy Quran*. Ahmadiyya Anjuman Ishaat Islam Lahore United States of America. https://books.google.com/books/about/Holy_Quran.html?id=Po2BOTsMosC
- [2] Barazesh, A. (2017). *Tafsir of Ahlebayt: Al-Maideh 30 - Al-An'am (Volume 4)* (S. R. Beheshtinjad, H. Javani, & M. Khalash, Trans.; Z. Farhadi, Ed. 2 ed.). Amir Kair. <https://www.gisoom.com/book/11327912>
- [3] Alkalini, M. (2008). *Alkafi*. Darolhadith. <https://noorlib.ir/book/info/3635>
- [4] Hooshyar, A. (2020). A comparative and symbolological study and the relationship between the designs of the Zandiye period charms shirt and the motifs of the bronze objects of Lorestan (a case study of the motif of the cedar tree). *Ourmazd*, 12(50), 61-80. <https://en.civilica.com/doc/1242637/>
- [5] Elahi, M. (2010). Dress as Identity. *National Studies Journal*, 11(42), 3-30. https://www.rjnsq.ir/article_99553.html?lang=en
- [6] Abedinirad, S. (2016). *Fashion and clothing in the realm of conceptual art* (2 ed.). Nazar. <https://www.gisoom.com/book/11353433>
- [7] Khodadadi, J. (2013). *Fifteen days to Health* (15 ed.). Nashreshahr. <https://www.gisoom.com/book/1944598>
- [8] Samadifard, N. (2011). *Fashion and Fashionism*. Nikamooz. <https://www.gisoom.com/book/1771245>
- [9] Sanati Masboughi, Z. (2021). Application of Modern Physics Findings in Medicine: Bio-Resonance Therapy. *Karafan Quarterly Scientific Journal*, 18(Special Issue 1), 167-178. <https://doi.org/10.48301/kssa.2021.217449.1016>
- [10] Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., & Bem, D. J. (1990). *Introduction to psychology* (10 ed.). Harcourt Brace Jovanovich. <https://www.amazon.com/Introduction-Psychology-Richard-Atkinson-Edward/dp/0155436937>
- [11] Bliokh, P. V., Nicholaenko, A. P., & Fillipov, I. F. (1980). *Schumann resonances in the Earth-ionosphere cavity* (S. Chomet, Trans.; D. Llanwyn-Jones, Ed.). Institution of Electrical Engineers. https://www.researchgate.net/publication/234185435_Schumann_Resonances_in_the_Earth-ionosphere_Cavity
- [12] Farzbod, M., Rezaii, A., & Janalizadeh Choobbasti, H. (2018). Collective Memory and Iranian Identity. *National Studies Journal*, 19(73), 3-20. https://www.rjnsq.ir/article_95615.html?lang=en
- [13] Delpasand, K., Kiani, M., Afshar, L., Tavakkoli, S. N., & Shirazi, S. F. H. (2018). Extracting the Ethical Challenges of Pharmacy Profession in Iran, a Qualitative Study. *Journal of Research in Medical and Dental Science*, 6(1), 52-58. <https://doi.org/10.24896/jrmds.20186110>
- [14] Sataei Mokhtari, T., Shahdadi, F., & Salehi Sardoei, A. (2022). The Effect of Different Solvents on the Percentage of Free Radical Scavenging DPPH and Antioxidant Activity of Native Medicinal Plants in Jiroft City. *Karafan Quarterly Scientific Journal*, 18(4), 145-158. <https://doi.org/10.48301/kssa.2021.279158.1454>
- [15] Hall, H. (2007). Masaru Emoto's wonderful world of water. *Skeptical Enquirer*, 31(6), 49-51. <https://skepticalinquirer.org/2007/11/masaru-emotos-wonderful-world-of-water/>
- [16] Reville, W. (2011, February 17). The pseudoscience of creating beautiful (or ugly) water. *The Irish Times*. <https://www.irishtimes.com/news/science/the-pseudoscience-of-creating-beautiful-or-ugly-water-1.574583>
- [17] Darvishi, H. (2012). *Nisan water, God's gift to mankind*. Shamime-kusar. <https://www.gisoom.com/book/1826497>

- [18] Esmaeeli, H., Mortazevi, F., Karami, B., Hashemzadeh, A., Gashtasb, M., & Ebrahimi Joveini, R. (2014). Death escaping or accepting the death (a study in the death in Khayyam's poems). *Bulletin of Environment, Pharmacology and Life Sciences*, 3(Special Issue), 120-125. <https://www.omarkhayyamnederland.com/library/articles/esmaeeli-hosse-in.html>
- [19] Jahanshahi Afshar, A., & Shamsodini Motlagh, M. H. (2014). The superstition Origins and Its Function in People's Life(The Studied Sample: Kerman People's beliefs). *Culture and Folk Literature*, 2(3), 49-78. <http://cfl.modares.ac.ir/article-11-2195-en.html>
- [20] Dispenza, J. (2014). *You are the Placebo: Making Your Mind Matter*. Hay House. <https://books.google.com/books?id=rsIBnQEACAAJ>
- [21] Byrne, D., & Griffitt, W. (1966). A developmental investigation of the law of attraction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 4(6), 699-702. <https://doi.org/10.1037/h0023993>
- [22] Shamloo, S. (1997). *Mental Health* (12 ed.). Roshd. <https://www.gisoom.com/book/1124891>
- [23] Rosenhan, D. L., & Seligman, M. E. P. (1989). *Abnormal Psychology*. William Warder Norton. <https://books.google.com/books?id=3LI8PwAACAAJ>
- [24] Atkins, D. C., & Kessel, D. E. (2008). Religiousness and Infidelity: Attendance, but not Faith and Prayer, Predict Marital Fidelity. *Journal of Marriage and Family*, 70(2), 407-418. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2008.00490.x>
- [25] Howell, E. (2016). In the robes of Christ. *Review & Expositor*, 113(3), 369-382. <https://doi.org/10.1177/0034637316658481>
- [26] Ahmad, M. (2020). Literary miracle of the quran. *Ar-Raniry: International Journal of Islamic Studies*, 3(1), 205-220. <https://doi.org/10.22373/jar.v3i1.7490>
- [27] Duffin, J. (2009). *Medical Miracles: Doctors, Saints, and Healing in the Modern World*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195336504.001.0001>
- [28] Mahyar, A. (2004). Khaghani and Occult Sciences. *Literary studies and research of Khwarazmi University*, 1(1), 113-126. <https://doi.org/10.52547/jls.1.1.113>
- [29] Barati, P. (2018). *Magic winds: an introduction to the knowledge of foreign sciences in Iran* (3 ed.). Cheshmeh. <https://www.gisoom.com/book/11468806>
- [30] Hosseini Amin, H., Minaeipour, M., & Karaminia, M. (2019). Semiotics of sihr in the Holy Quran. *Literary studies of Islamic texts*, 4(3), 127-150. <https://doi.org/10.22081/jrla.2020.53154.1203>