

Rytuałne samookaleczanie poprawia dobrostan psychiczny

5 września 2019

Jak dowiadujemy się z „Current Anthropology”, rytuały związane z samookaleczaniem nie niosą ze sobą wykrywalnych długoterminowych negatywnych skutków. Wręcz przeciwnie, są one korzystne dla dobrostanu psychicznego ludzi, którzy się im poddają. W artykule „Effects of Extreme Ritual Practices of Psychophysiological Well-Being” grupa naukowa na czele której stał Dimitris Xygalatas badała uczestników hinduskiego rytuału kavadi attam.



„Nasze badania pokazują, jak ważne i użyteczne są tradycyjne rytuały dla zachowania dobrostanu społeczeństw. Chociaż celem tych rytuałów nie jest zastąpienie medycyny, nie można lekceważyć ich przydatności, szczególnie tam, gdzie dostęp do psychiatrii i innych rodzajów medycyny jest utrudniony lub wiąże się ze stygmatyzowaniem” – stwierdził Xygalatas.

Wierni przygotowują się do festiwalu modląc się i poszcząc, a w dniu jego rozpoczęcia przebijają sobie policzki różnymi metalowymi przedmiotami. Następnie, z wbitymi przedmiotami, udają się na wielogodzinną pielgrzymkę do świątyni Pana Murugana, najważniejszego boga wśród wyznawców tamilskiej wersji hinduizmu. Niosą przy tym na ramionach wielkie ołtarze boga.

Naukowcy przyjrzeni się 37 uczestnikom festiwalu z miasta Quatre Bornes na Mauritiusie. Przez trzy tygodnie przed, w czasie i po festiwalu, osoby te nosiły przenośne urządzenia monitorujące, które rejestrowały poziom ich stresu, jakość snu i aktywność fizyczną. Codziennie rejestrowano też rytm serca. Przed i po odbyciu rytuału przeprowadzano ankiety, które miały

ustalić stan psychologiczny badanych. Pod uwagę wzięto też zdrowie i status socjoekonomiczny oraz sprawdzono, czy czynniki te pozwalają przewidzieć, jak bardzo uczestnik badania będzie zaangażowany w rytuał.

Badania wykazały, że rytuał nie wywarł na biorące w nim osoby żadnych negatywnych skutków fizjologicznych. Zauważono natomiast, że miał on korzystny wpływ na dobrostan psychiczny tych osób, a jego polepszenie oraz poprawienie jakości życia było tym większe im więcej ran zadał sobie uczestnik festiwalu. Zauważono też, że osoby o gorszym stanie zdrowia i o niższym statusie społeczno-ekonomicznym angażowały się w bardziej bolesne działania.

Z kolei z innych badań wynika, że kolektywnie przeprowadzane ekstremalne rytuały umacniają więzi społeczne i dają ludziom poczucie przynależności. „Liczne badania wskazują, że chęć polepszenia statusu społecznego w swojej grupie silnie motywuje ludzi i istnieje bardzo silny związek pomiędzy dobrostanem a statusem społecznym. Nasze badania pokazują, że osoby o niższym statusie socjoekonomicznym są bardziej zmotywowane do angażowania się w bolesny rytuał, który może być sygnałem większego poświęcenia” – stwierdzają autorzy badań.

Autorstwo: Mariusz Błoński

Na podstawie: EurekaAlert.org

Źródło: KopalniaWiedzy.pl