

عنوان مقاله:

تاثیر خشم و کظم غیظ بر سلامت روان در منابع اسلامی و غربی

محل انتشار:

فصلنامه مشکوه، دوره 34، شماره 1 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

مریم صف آرا - عضو هیئت علمی دانشگاه الزهراء

سمانه سادات سدیدپور - کارشناس ارشد علوم اجتماعی، دانشگاه الزهراء

خلاصه مقاله:

آیا می توان گفت فرو بردن خشم در روابط انسانی، زمینه ساز آرامش، سلامت روان و ارتقای فرهنگ است. مقاله حاضر، درمقام پاسخ به این پرسش است. رویکرد این مطالعه توصیفی بوده که با گردآوری اطلاعات از متون اسلامی و منابع پژوهشی علمی به کمک روش تحلیل اسنادی انجام گرفته است. بررسی مطالعات انجام شده نشان می دهد میان دیدگاه اسلامی و غربی درباره چگونگی مواجه شدن با خشم، تفاوت اساسی وجود دارد. در دیدگاه غربی خشم بیمارگون را باید درمان کرد، اما در همان حال نباید خشم را سرکوب کرد. در این دیدگاه ها به طور معمول به علت ایجاد خشم توجه نمی شود، اما روایات اسلامی در بحث کظم، غیظ سعی در حل کردن ریشه ای مسئله دارد داشته های این پژوهش نشان می دهد بروز خشم نه تنها به سلامت کمکی نمی کند، بلکه علاوه بر سلامت روان، بر سلامت جسم افراد نیز تاثیر نامطلوب دارد، در صورتی که بررسی احادیث پیشوایان اسلام نشان می دهد فرو بردن خشم، افزون بر تامین سلامت و امنیت افراد، آنان او را به سمت کمال عقل نیز رهنمون می سازد.

کلمات کلیدی:

خشم، سلامت روان، کظم غیظ، در قرآن و حدیث

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1367990>

