

عنوان مقاله:

نقش نماز بر بهداشت روانی

محل انتشار:

ماهنامه پایا شهر، دوره 5، شماره 53 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسنده:

محمد بندانی - کارشناسی حقوق

خلاصه مقاله:

می دانیم هر انسانی با هر مسلکی در هنگام بروز مشکلات روزمره رابطه خود و خدا را تقویت می کند در مطالعه که از سوی پارگامنت انجام شد، نتایج نشان داد دین نقش مهمی در رویارویی با مشکلات روزمره دارد و می تواند اثرات بحران های شدید زندگی را تعدیل کند. از نظر وی افراد متدین برای مقابله با مشکلات به خوبی از دین و فرایض دینی استفاده می کنند. پس مهمترین تاثیری که دین برای مقابله با مشکلات دارد، نقش آن در کاهش فشار روانی و تامین سلامت روانی خانواده ها است. امروزه اگر پرداختن به مساله مهم امنیت روانی، همچون نیازهای زیستی در بسیاری از کشورهای جهان چندان مورد توجه صاحب نظران نباشد این امر در جامعه اسلامی ما از جایگاه بس ویژه ای برخوردار است. همچنین مطالعاتی که تاکنون انجام گرفته نیز نشان داده است که نماز نقش بسیار موثری در ارتقاء سلامت روان دارد. نتایج برخی از این تحقیقات در ادامه می آید. بسیاری از روان شناسان دریافته اند که دعا، نماز و داشتن یک ایمان محکم به دین، اضطراب، افسردگی، نگرانی، تشویق و ترس را که زمینه ساز بسیاری از بیماری هاست برطرف می کند: «الابدکر الله تطمئن القلوب»

کلمات کلیدی:

: نماز، فرایض دینی، ایمان، فشار روانی، سلامت روان، جامعه اسلامی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1779495>

