

عنوان مقاله:

نقش نماز در سلامت روان

محل انتشار:

چهارمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

مهدیه محمدزاده - دانشجو معلم

فاطمه رحیمی دهکا - دانشجو معلم

خلاصه مقاله:

سلامت روانی و رضایت از زندگی یکی از ویژگی های فرد سالم است. بنابراین تلاش جهانی در جهت فراهم کردن یک بستر مناسب برای زندگی عاری از بیماری تنها معطوف به پیشگیری و درمان بیماری هایی همچون قلبی، و عفونی و ... نمی شود، بلکه علاوه بر سلامت جسمانی، توجه ویژه ای به فراهم کردن محیطی آرام جهت آرامش درونی و سلامت روانی افراد معطوف داشته است. بی تردید رابطه معنوی میان انسان و خداوند مایه تجدید امید، تقویت اراده و آزاد شدن توانایی های عظیم در افراد می گردد. از آنجایی که اسلام برنامه اسلام سازی است این سلامت در سایه ی اجرای دستورات و قوانین حیات بخش او بدست می آید. با توجه به جایگاه و اهمیت نماز و مناجات در آموزه های دینی بررسی ها نشان داده که در این حالت، تمام اعضای بدن و حواس متوجه خدا بوده لذا آدمی از همه مشکلات دنیا روی بر می گرداند و به هیچ چیز جزء خدا فکر نمیکنند از این رو سبب آرامش روان و آسودگی خاطر او میشود. مقاله حاضر به روش توصیفی تحلیلی با رویکرد قرآنی-روایی به بررسی نقش نماز در سلامت روان پرداخته است و این نتیجه را متذکر میگردد که اطمینان و آرامش خاطر در درمان بیماری اضطراب و غم و اندوه و نهراسیدن از مشکلات زندگی و اظهار امیدواری به خداوند، درمان احساس حقارت و پوچی و... از مهمترین آثار نماز در سلامت روان میباشد.

کلمات کلیدی:

دین، دعا، سلامت روان، نماز

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/565592>

