

عنوان مقاله:

عوامل نشاط و شادابی در اسلام و سلامت روان از دیدگاه قرآن و احادیث

محل انتشار:

کنفرانس ملی علوم اسلامی و پژوهش های دینی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 30

نویسندگان:

رحیم خاکپور - دانشگاه پیام نور مرکز ورامین رشته علوم قرآنی و حدیث

زینب قادری آذری - دانشگاه پیام نور مرکز ورامین رشته علوم قرآنی و حدیث

خلاصه مقاله:

نشاط روحی افراد در خانواده و جامعه درگرو تشویق مناسب و امید دادن است نه سرزنش و تحقیر که باعث ناراحتی روانی آن ها می گردد و موجب لطمه زدن به شخصیت و آبروی آن ها در جامعه می شود. برای همین در قرآن کریم و روایات اهل بیت (علیه السلام) بر سلامت روح و نفس و نشاط و شادابی افراد تاکید فراوان شده است که یکی از اهداف مهم و رسالت پیامبران الهی و ایمه اطهار نیز همین موضوع بوده است. بنابراین اگر بخواهیم مردم از تنی سالم و روانی شاد ورودی آرام و عمری طولانی برخوردار باشند، لازمه اش آن است که اسباب سلامت جسمی و روانی شان تامین شود و بر اثر تربیت خانوادگی و اجتماعی صحیح، متعلق به صفات نیکوی الهی شوند و چنین عواملی در جامعه گسترش داده شود تا همه سالم و بانشاط گردند؛ چراکه سلامتی و نشاط و شادی روح نیز بر بدن تاثیر فراوان دارد. در قرآن و روایات عوامل نشاط و شادمانی انسان بیان شده و به مصادیق زیادی پرداخته شده است که از جمله آن ها می توان این موارد را برشمرد: ایمان و عمل صالح، یاد خدا، تفکر، وضو، نماز، دعا، گریه و اشک بجا، تلاوت و تدبر در قرآن، نیکی به والدین، اخلاق نیکو، زیارت قبور ایمه (علیه السلام)، مطالعه سخنان اهل بیت (علیه السلام)، رعایت حقوق همسایه، صدقه دادن، عدم جدال بیهوده، نیکو سخن گفتن، شوخی، امنیت، سلامتی، لذت، خواب، فرزند صالح، توجه به یتیمان و نیازمندان، زهد، هدیه دادن، عیادت مریض، نیکی به دیگران، آسان گیری و تسامح و تعامل و تغافل، مصالحه، شغل مناسب، تفریح، ثروت حلال، روابط اجتماعی، همسر صالح و خوشخو، توجه به حال هموعان. یکی از تمایلات و استعدادهای درونی انسان میل و نیاز به سرور، بهجت و لذت در زندگی است. اضطراب های فکری و تنش های روانی از مشکلات جدی انسان عصر فناوری و ارتباطات است که منجر به کاهش احساس شادی در وی شده است. این جستار باهدف بررسی شادی از دیدگاه قرآن انجام شده است. پژوهش حاضر، یک مطالعه کتابخان های است که به تبیین ماهیت شادی در اسلام با رویکرد قرآنی، می پردازد. شادی و سلامت روان در قرآندارای جایگاه خاصی است و به گونه های مختلف مورد تایید و توجه قرار گرفته است؛ اما نه شادی بیهوده و عبث بلکه شادی توأم با اهداف الهی و انسانی. مفهوم شادی مجموعاً 25 بار با الفاظ مختلف (فرح و سرور) در قرآن آمده است. آیات قرآن درباره شادی دودسته اند؛ دسته ای از آیات مومنین را دعوت به شادی کرده اند و دسته دیگر شادی را نکوهش می کنند. در اسلام، شادی در دل جای دارد، حال آنکه مشکل بسیاری از اشخاص در قرن اخیر این است که شادی را در هیاهوی بیرون جستجو می کنند. تعبیر و تفسیر دین از شادی این است که شادی خود هدف نیست، بلکه عاملی مهم و موثر برای رسیدن انسان به کمالات والای انسانی و حرکت خالصانه در مسیر عبودیت است.

کلمات کلیدی:

شادمانی، نشاط، سلامت، سلامت روان، سلامت جسم، لذت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/802723>



