

مرضیه اکاتی<sup>1</sup>. دکتر علیرضا حیدری نسب<sup>2</sup>

1. دانشجوی کارشناسی ارشد دانشکده علوم قرآنی. زاهدان

2. هیئت علمی دانشگاه سیستان و بلوچستان

### چکیده

رفتار و بینش افراد نسبت به مسائل زندگی متفاوت است، بعضی به سادگی از سختی‌ها استقبال و بعضی دیگر در برابر سختی‌ها مقاومت کمتری داشته و دچار فشار روانی می‌گردند و برای درمان کامل بسیاری از ناراحتی‌های روانی لازم است انسان و تمام نیازهایش شناخته شود روشن است که خداوند نیازهای انسان را بهتر از هرکس دیگری می‌داند و تنها روزنه‌ای که می‌تواند این ناراحتی‌ها را کاهش و تسکین دهد، اعتقاد به خدا می‌باشد اعتقاد به خداوند می‌تواند شامل: ، توکل، دعا، رضا، تسلیم، امید و... باشد. این پژوهش با روش توصیفی - تحلیلی و با رویکرد قرآنی - روایی به بررسی نقش ایمان و اعتقاد به خدا در بهداشت روانی پرداخته و به این نتیجه دست می‌یابد که شناخت خدا، توکل بر او، امید به فضل و بخشش و تسلیم خواست خداوند موجب تسهیل گرفتاری‌های زندگی و برطرف شدن تنگناهای آن بوده و کسی که هدایت خداوند را نداشته باشد، همیشه در اضطراب به سر خواهد برد.

کلید واژه‌ها: بهداشت روانی، اعتقاد، توحید

## Belief in God and mental health in the Quran and

Marziye okati<sup>1</sup>. dr Alireza Heidari nasab<sup>2</sup>

1. MA student, Faculty of Quranic Sciences, Zahedan, Sistan and Baluchestan, Iran
2. Faculty at the University of Sistan and Baluchestan, Iran

### Abstract

Behavior and outlook toward life issues are. Some are welcome and others are simply hard to resist the difficulties and suffer less stress are. And for treatment of mental disorders needs to be known to mankind and all It is clear that God is man's needs better than anyone else knows The only outlet that can reduce and relieve the discomfort, belief in God is. Belief in God can trust, prayer, R., submission, and ... is hope. This study is descriptive - analytic approach to the Qur'an - narrative to examine the role of faith in God in mental health And the conclusion is that the knowledge of God, trust in Him, and give hope to the grace God has facilitated the resolution of the problems of life and its constraints And who is not guided by God, always will panic.

**Keywords:** mental health, faith, unity