

همایش بین‌المللی روانشناسی و فرهنگ زندگی
International Conference on Psychology and Culture Life
اسلام، معنویت و سلامت روان

زهرا رخشانی، مربی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه ملی زابل، ایران

چکیده

سلامت روان عامل مهم و اساسی در بهبود وضعیت زندگی و رشد و تکامل انسان است. یکی از عوامل موثر در ایجاد سلامت روان، معنویت است. معنویت آن نحوه مواجهه با جهان هستی است که موجب رضایت باطن می‌شود و رضایت باطن نیز، آرامش، رشد و تکامل انسان را به همراه دارد. اسلام با تعالیم و مناسکش در ایجاد این بینش و رضایت باطن نقش دارد. این پژوهش با تحلیل چند آموزه اسلامی درباره جهان و انسان، اسلام را در ایجاد معنویت و تحقق سلامت روان، موثر می‌داند.

واژگان کلیدی: سلامت روان، خودشکوفایی، معنویت، اسلام

Islam, Spirituality and Mental health

Zahra Rakhshanii

Department of Literature and Arts, University of Zabol, Zabol, Iran

Abstract

The mental health is essential factor for well-being of situation of life and perfection of men. The spirituality is one of the effective cases in mental health. Spirituality is the way of confronting to the universe which cause satisfaction of heart. This, also, bear, with self, peace and perfection of men. The Islam is an influence on creation this look, by doctrines and ceremonies's. Therefore, this study introduces Islam as an essential parameter in spirituality and mental health, by analyze some the Islamic doctrines about the world and men.

Keywords: *Mental health ,Self-actualization ,Spirituality ,Islam*