



شورای سیاستگذاری حوزه های علمیه خواهران

مرکز مدیریت حوزه های علمیه خواهران

معاونت پژوهش

عنوان

کارکرد دین بر سلامت روان

استاد راهنما

حجت الاسلام والمسلمین دکتر سعید رحیمیان

استاد مشاور

حجت الاسلام والمسلمین دکتر مرتضی حق شناس

نگارنده

لیلا عجم نوازی

سال تدوین

۱۳۹۵

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

چکیده:

یکی از دغدغه های مهم انسان ها در همه دوره های تاریخ، سلامت روانی در کنار سلامت جسمانی بوده است. اسلام وجود انسان را متشکل از دو بعد غیر مادی و مادی معرفی می کند و سلامت هر یک را در گرو سلامت دیگری و متاثر از آن می داند. سلامت روان به معنای تعادل و انسجام فراگیر در همه ابعاد جسمانی و نفسانی انسان است. که اندیشیدن، آگاهی، هدفداری، انصاف، عدالت، امانت داری، حقیقت جویی و تسلیم در برابر آن، رشد مستمر و آرامش از جمله نشانه های آن هستند. بیماری روانی خارج شدن از حد اعتدال است که نادانی، عصیان، دنیا طلبی، ظلم و تعدی، ضعف اراده و سستی و اضطراب و غیره از جمله نشانه های آن می باشد. آموزه های دینی تاثیر مهمی در سلامت روانی انسان دارد. در زمینه رابطه دین و بهداشت روانی در مجامع روان شناسی و روان پزشکی دنیا تحقیقات بسیاری صورت گرفته است. در تعلیمات اسلام نیز برای مقابله با مشکلات و تنگناهای زندگی راهکارهای ویژه ای در زمینه های مختلف از اعتقادات و باورهای دینی، اخلاقی، مناسک مذهبی که شامل نماز، روزه، صبر، توکل بر خدا، دعا، ذکر توجه به فنا پذیری دنیا و فنا ناپذیر بودن آخرت و غیره ... می باشد، مشاهده می شود. همچنین مواردی از جمله نشاط، شادمانی، همسر شایسته، حمایت اجتماعی و غیره.... در جنبه فردی، خانوادگی، اجتماعی جهت مقابله با تنش ها موثر است.. اعتقاد به خداوند به عنوان منشاء قدرت و آرامش و انجام فرایض دینی به صورت معنی داری با سلامت روان رابطه مستقیم دارد. در این پایان نامه به تفصیل نحوه ارتباط راهکارهای فوق الذکر با سلامت روان از دیدگاه قرآن، روایات و کلام با روش توصیفی - کاربردی بررسی شده است.

کلید واژه ها: دین، سلامت روانی، اسلام، هویت دینی، فشار روانی.

تحمیدیه:

«الْحَمْدُ لِلَّهِ عَلَى مَا أُنْعَمُ، وَلَهُ الشُّكْرُ عَلَى مَا أُلْهِمَ، وَالشَّانُ عَلَى مَا قَدَّمَ، مِنْ عُمُومِ نِعَمِ ابْتِدَائِهَا،
وَسُبُوحِ آلَاءِ أَسْدَائِهَا، وَإِحْسَانِ مَنِّهَا وَالْأَهَاءِ، جَمَّ عَنِ الْإِحْصَاءِ عَدْدُهَا، وَنَأَى عَنِ الْمُجَازَاهِ أَمْدُهَا، وَ
تَفَاوَتْ عَنِ الْإِدْرَاكِ أَبْدُهَا»

«وَأَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ، كَلِمَةُ الْإِخْلَاصِ تَأْوِيلُهَا، وَضَمِنَ الْقُلُوبُ مَوْصُولُهَا، وَأَبَانَ فِي الْفِكْرِ
مَعْقُولُهَا، الْمُمْتَنِعُ مِنَ الْأَبْصَارِ رُؤْيُهَا، وَالْأَلْسُنِ صِفَتُهَا، وَمِنَ الْأَوْهَامِ الْإِحَاطَةُ.....»

حمد و سپاس خدای را بر آنچه ارزانی داشت و شکر او را در آنچه الهام فرمود و ثنا و
شکر بر او بر آنچه پیش فرستاد. از نعمت های فراوانی که خلق فرمود و عطایای گسترده ای که
اعطا کرد و منت های بی شماری که ارزانی داشت که شمارش از شمردن آن ها عاجز و نهایت آن
از پاداش فراتر و دامنه آن تا ابد از ادراک دورتر است.....

و گواهی می دهم که معبودی جز خداوند نیست و شریکی ندارد که این امر بزرگی است
که اخلاص را تاویل آن و قلوب را متضمن وصل آن ساخت و در پیشگاه تفکر و اندیشه شناخت
آن را آسان نمود، خداوندی که چشم ها از دیدنش بازمانده و زبان ها از وصفش ناتوان و اوهام و
خیالات از درک او عاجز می باشند.

تقدیم به:

تقدیم به خدای یگانه ام، به پاس لحظه لحظه حضور عاشقانه اش؛

تقدیم به ساحت مقدس حضرت صدیقه اطهر فاطمه الزهرا (سلام الله علیها)

و فرزند بزرگوارشان عصاره هستی العصر و الزمان، حضرت بقیه الله الاعظم (عجل الله

تعالی فرجه الشریف)

تقدیم به زیباترین خلقت های معبودم، پدر که حمایت را از خاتمش به ارث برده و مادر،

مهر بی انتهایش را؛

تقدیم به گوهرهای جادوانه عرصه ی وجودم، همسرم و اساتید شایسته ستایشم

که آفتاب عنایتشان چنان عظیم و مستدام می تابد که طفلانگی بودم را به گام های، صبور،

امیدوار، شجاع و قوی در مسیر سبز آدمیت مبدل می سازند؛ و تقدیم به ظرافت های بی نام و

نشان آفرینش خداوند.

- ۸۳ ابن بابویه قمی (شیخ صدوق)، محمد بن علی، عیون اخبار الرضا (علیه السلام)، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۳۶۱ ش.
- ۸۴ ----- الخصال، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۴۱۴.
- ۸۵ ----- من لا یحضر الفقیه، چاپ دوم، تحقیق علی اکبر غفاری، قم، مؤسسه النشر الاسلامی.
- ۸۶ ----- الامالی، چاپ اول، تحقیق هاشم الحسینی الطهرانی، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۳۹۸ ه.ق.
- ۸۷ الامدی التمیمی، عبد الواحد، غررالحکم و درر الکلم، تحقیق میر جلال الدیم محدث ارموی، چاپ اول، قم، دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، ۱۳۶۶.
- ۸۸ الامدی التمیمی، عبد الواحد، تصنیف غررالحکم، تحقیق مصطفی دراینی، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی، ۱۳۷۱.
- ۸۹ احسائی، محمد بن علی، عوالی الآلی العزیزیه فی الاحادیث الدینیّه، تحقیق مجتبی عراقی، جلد ۴، چاپ اول، قم، مطبعه سید الشهداء (علیه السلام)، ۱۴۰۳ ق.
- ۹۰ بستانی، فواد افرام، فرهنگ ابجدی، مترجم رضا مهیار، چاپ دوم، تهران، انتشارات اسلامی، ۱۳۷۵ ه.ش.
- ۹۱ حرانی، حسن بن علی، تحف العقول عن آل الرسول (صل الله علیه و آله)، تحقیق علی اکبر غفاری، چاپ دوم، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، ۱۴۰۴ ه.ق.
- ۹۲ حر عاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه، تحقیق عبدالرحیم ربانی شیرازی، بیروت، دارالاحیای التراث العربی، ۱۹۹۱.
- ۹۳ خطیب بغدادی، احمد بن علی، تاریخ بغداد او مدینه (الاسلام، مدینه المکتبه السلفیه)، جلد ۱۲.

- ۹۴ دیلمی همدانی، شیرویه بن شهردار، الفردوس بماثور الخطاب ، تحقیق محمد السعید بسیونی، جلد ۲، چاپ اول، بیروت، دار الکتب العلمیه، ۱۴۰۶ ه.ق.
- ۹۵ راغب اصفهانی، حسین بن محمد ، ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن، مترجم غلامرضا خسروی، جلد ۴، چاپ دوم، تهران، مرتضوی، ۱۳۷۴ ه.ش.
- ۹۶ سیوطی، عبد الرحمن بن ابی بکر، الجامع الصغیر فی احادیث البشیر و النذیر، جلد اول، چاپ اول، بیروت، دارالفکر، ۱۴۰۱ ق.
- ۹۷ شبر، عبدالله، الاخلاق ، مترجم محمدرضا جباران، چاپ چهارم، قم، هجرت، ۱۳۷۸.
- ۹۸ شعبیری سبزواری، محمد بن محمد، جامع الاخبار و معارج الیقین فی اصول الدین، چاپ اول، قم، ۱۳۶۳ ش.
- ۹۹ - شیبانی (ابن حنبل)، احمد بن محمد، المسند ، چاپ دوم، بیروت ، دارالفکر، ۱۴۱۴ ه.ق.
- ۱۰۰ طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، قم، منشورات الرضی، ۱۹۷۲ م.
- ۱۰۱ طریحی، فخرالدین محمد، مجمع البحرین ، جلد ۶، چاپ سوم، تهران، مرتضوی، ۱۳۷۵ ه.ش.
- ۱۰۲ عکبری بغدادی (شیخ مفید)، محمد بن محمد بن النعمان، الاختصاص، چاپ اول، قم، کنگره شیخ مفید، ۱۴۱۳ ه.ق.
- ۱۰۳ فراس الحمدان، ورام بن ابی، تنبیه الخواطر و نزهه النواظر (مجموعه ورام)، چاپ اول، بیروت، دارابن کثیر، ۱۴۱۳ ه.ق.
- ۱۰۴ فیض کاشانی، نویسنده: فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی ، جماعه المدرسین، قم، مؤسسه النشر الاسلامی، قم، ۱۴۱۷ ق.
- ۱۰۵ قاضی قضاعی، محمد بن سلامه، مسند الشهاب ، بیروت، مؤسسه الرساله، جلد ۱۲.

- ۱۰۶ قریشی بنایی، علی اکبر، قاموس قرآن ، جلد ۷، چاپ ششم، تهران، دارالکتب اسلامی، ۱۴۱۲ه.ق.
- ۱۰۷ قشیری، ابو الحسین مسلم بن حجاج مسلم، صحیح مسلم بشری النووی ، جلد دوم، القاہرہ، المطبعہ المصریہ و مکتبہا ، بی تا.
- ۱۰۸ کلینی رازی، محمد بن یعقوب، کافی، تحقیق علی اکبر غفاری ، جلد ۵، چاپ چهارم، بیروت، دار صعب و دار التعارف، ۱۴۰۱ه.ق.
- ۱۰۹ لیشی واسطی، علی بن محمد، عیون الحکم والمواعظ، تحقیق حسین الحسنی البیرجندی، چاپ اول، قم، دارالحديث، ۱۳۷۶ش.
- ۱۱۰ -منتقى هندی، علاء الدین، المرشد الی کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال ، بیروت، مؤسسه الرساله، ۱۴۰۹.
- ۱۱۱ -مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار، بیروت، دارالاحیاء التراث، ۱۴۰۳ ه.ق.
- ۱۱۲ ----- بحار الانوار، جلد ۷۱، بیروت، دارالاحیاء التراث العربی، ۱۴۱۳ ه.ق.
- ۱۱۳ جلال الدین محمد بن احمد المحلی و جلال الدین عبد الرحمن بن ابی بکر السیوطی، القرآن الکریم تفسیر الجلالین، بیروت، دارالکتب العربیہ، بی تا.
- ۱۱۴ محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه ، ترجمه حمیدرضا شیخی، جلد ۱، قم، دارالحديث، ۱۳۷۹.
- ۱۱۵ مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم ، جلد ۱۳، تهران، وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۶۸ه.ش.
- ۱۱۶ -موسوی(الشریف الرضی)، محمد بن الحسین، نهج البلاغه ، بیروت، مؤسسه الاعلمی.
- ۱۱۷ -مغربی، نعمان، دعائم الاسلام، ج ۲، انتشارات اسماعیلیان، قم، ۱۳۷۳.
- ج- مقالات**

۱۱۸ - احمدی، علی محمد، نجفعلی شهبازی، فرهنگ کار با تاکید بر فرهنگ سازمانی و مهندسی فرهنگی، ۱۳۸۷.

۱۱۹ - احمدی، محمد رضا، ابوالقاسم شبیری، نقش صله رحم در بهداشت روان.

۱۲۰ - بایرام نژاد، حوریه، حمیده احسانی، لیلا مسافر یادگاری، صدیقه سلمان پور، پژوهشهای علوم انسانی، شماره ۱۵، ۱۳۹۲.

۱۲۱ - رمضان، ولی الله، شکوه نوابی نژاد، جعفر بوالهیری، بررسی ارتباط گیری دینی درونی و برونی با سلامت روان پیرامون سه دین زرتشت، مسیح، اسلام، نقش دین در بهداشت روان، چ ۱، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری، انتشارات نوید اسلام، قم، ۱۳۷۷.

۱۲۲ - زاده هوش، سمیه، حمید طاهر نشاط دوست، سید کاظم رسول زاده طباطبایی، روان درمانی با جهت گیری مذهبی، تازه های روان درمانی، شماره ۵۰-۴۹، ۱۳۸۷.

۱۲۳ - سلیمانی، فرشته، تعلیم و تربیت با نماز و دانشگاه (۱۳۲: ۱۳۸۵)، ج ۲، ستاد اقامه نماز.

۱۲۴ - صفورایی پاریزی، محمد مهدی، سلیمان قاسمی، مقاله ۶، سلامت روان در پرتو الزام عملی به آموزه های دین، شماره ۹۷، مجله معرفت، ۱۳۸۴.

۱۲۵ - شرفی، محمد رضا، محمد شریف طاهر پور، نقش آموزش در تربیت شهروندی و مهندسی فرهنگی، تهران، شورای انقلاب فرهنگی، نشریه مهندسی فرهنگی، سال دوم، شماره ۱۵-۱۶، فروردین و اردیبهشت.

۱۲۶ - پرویز عسگری، عنایت خلیقی سیگارودی، فرزانه یوسفیان، تاثیر آموزش شیوه های تربیتی سیره عملی پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله و سلم) بر تفکر دین داری و سلامت روان، فصلنامه مطالعات میان فرهنگی معاونت فرهنگی دانشگاه آزاد اسلامی، شماره ۱۱، انتشارات دانشگاه آزاد، تهران، زمستان ۱۳۸۸.

۱۲۷ - باقر غباری بناب، علی نقی فقیهی، ید الله پور قاسمی، آثار صله رحم از دیدگاه اسلام و روان شناسی و کاربردهای تربیتی آن، مجله علوم تربیتی، شماره ۵، ۱۳۸۶.

۱۲۸- سید علی کیمیایی، حسین خادمیان، حسین فرهادی، زن و جامعه ، شماره ۴، ۱۳۹۰ه.ش.

۱۲۹- معاونت پژوهش مرکز مدیریت حوزه علمیه قم، سلامت و اسلام، فصلنامه پژوهش و حوزه ، شماره ۱۷، قم، تابستان ۱۳۸۳، برگرفته از پایگاه اینترنتی مجلات تخصصی نورمگز به آدرس www.noormags.ir.

۱۳۰- محبوبی منش، حسین، تغییرات اجتماعی ازدواج کتاب زنان، ش ۲۶، ۱۳۸۳.

۱۳۱- نیک نژادی، فرزانه، تعلیم و تربیت با نماز، نماز و دانشگاه ، جلد ۲، ستاد اقامه نماز، ۱۳۸۵.

۱۳۲- یزدانی، فضل الله، روان شناسی دین، پژوهش های مدیریت راهبردی ، شماره ۳۲، بهار ۱۳۸۳، برگرفته از پایگاه اینترنتی مجلات تخصصی نورمگز به آدرس www.noormags.ir.

د-سایت ها

۱۳۳- www.vajeyab.com.

۱۳۴- دانشنامه بزرگ اسلامی، مرکز دائرة المعارف بزرگ اسلامی ،

ج <http://lib.eshia.ir>

۱۳۵- www.wikifeq.ir

۱۳۶- www.hawzah.net

۱۳۷- www.fa.parsiteb.com