

پژوهش محوری، سلامتی، شادابی، در برنامه های فرهنگی باشگاه پژوهشگران جوان (۸)

شکفتن گلها و رویش مجدد گیاهان، آغاز بهار را نوید داد و شروع سال جدید، شور و شوقی درون انسان آفرید که اشتیاق بهتر زیستن و بهره گیری از توانائی هائی که خداوند سبحان در اختیارش گذاشته را تقویت کرد. بهار و سال نو، جلوه گاهی است از تغییر جهت بهینه سازی آنچه داشته ایم. تمسک به قرآن و دین باوری به زندگی انسان ها معنا می دهد و این موجب آرامش بخشی بسیاری از حوادث و رویدادها در جهان هستی است، که از این طریق به انسان آرامش روانی دست می دهد. قرآن کریم، روش های چندی در روان درمانی پیش گرفته است که مهم ترین آنها ایجاد تعدیل یا تغییر در شخصیت و رفتار است. هدف اساسی روان درمانی را تغییر نوع تفکرات بیماران روانی درباره خود، هستی، مردم و زندگی، مشکلات و اهداف زندگی دانسته اند. در قرآن توصیف شخصیت انسان و خصوصیات عمومی آن که باعث تمایز انسان از دیگر آفریده ها می شود، آمده است. همچنین قرآن می کوشد تا میان انگیزه های متنوع و متعدد تعادل ایجاد کرده و انسان را از اضطراب و درگیری های روانی رهایی دهد. قرآن همه انگیزه ها را می پذیرد و آن را به عنوان غرایز یا فطرت مورد توجه قرار می دهد. از این رو خداوند بیان درمان و نسخه شفابخش خویش ذکر خدا را درمان نهایی هرگونه اضطرابی می داند سپس با بیان آموزه ها و دستورهایی می کوشد تا انسان با به کارگیری آنها توازن و تعادل شخصیتی را در خود ایجاد نماید، که در شماره های بعدی به برخی از آن شیوه های درمانی قرآن خواهیم پرداخت.