



افزایش هوش معنوی با روزه داری/ افرادی که به مراسم مذهبی می روند سالم ترند

رئیس شبکه ملی تحقیقات سلامت روان با تاکید بر نقش دعا و معنویات در سلامت روانی گفت: تحقیقات نشان می دهد افرادی که روزه دار هستند نسبت به افرادی که روزه نمی گیرند از هوش معنوی و شادکامی بیشتری برخوردار هستند.

رئیس شبکه ملی تحقیقات سلامت روان با تاکید بر نقش دعا و معنویات در سلامت روانی گفت: تحقیقات نشان می دهد افرادی که روزه دار هستند نسبت به افرادی که روزه نمی گیرند از هوش معنوی و شادکامی بیشتری برخوردار هستند.

به گزارش خبرنگار مهر، دکتر جعفر بوالهری در نشست خبری پیش از ظهر امروز با اشاره به تحقیقات انجام شده در زمینه تاثیر دین در سلامت روانی، افزود: این تحقیقات نشان می دهد که افرادی که به امکان مذهبی می روند نسبت به افرادی که به مجالس و امکان مذهبی نمی روند از نظر روانی سالم تر هستند.

رئیس شبکه ملی تحقیقات سلامت روان ایران به برخی از پروژه های تحقیقاتی این مرکز تحقیقاتی در زمینه نقش دعا بر سلامت روانی، خاطرنشان کرد: در این راستا پروژه هایی در زمینه نقش دعا بر درمان وسواس و عادت های زندگی اجرایی شده است که تاثیر دعا بر درمان افراد مبتلا به وسواس را تایید کرده است.

بوالهری نقش دعا در زمینه کاهش مشکلات خانوادگی را از دیگر زمینه های تحقیقاتی انیستیتو روان شناسی دانست و ادامه داد: این تحقیقات نشان داد که فقدان باورهای دینی و رفتارهای معنوی، ریسک ابتلا به بیماری های قلبی و سرطانی را افزایش می دهد.

رابطه روزه داری با هوش معنوی

رئیس شبکه ملی تحقیقات سلامت روان همچنین به انجام تحقیقات در پس و بعد از ماه رمضان اشاره کرد و اظهار داشت: به منظور بررسی میزان هوش مذهبی و شادکامی مطالعاتی روی دو دسته از افراد در پس و بعد از ماه رمضان اجرایی شد.

بوالهری این دو دسته افراد را شامل افراد روزه دار و غیر روزه دار ذکر کرد و اضافه کرد: نتایج تحقیقات نشان داد که افرادی که روزه دار بودند نسبت به افرادی که روزه نمی گیرند از هوش معنوی و شادکامی بیشتری برخوردار هستند.

افزایش سازگاری با زندگی با معنویات

بوالهری افزایش سازگاری مادرانی که فرزندان خود را بر اثر بیماری سرطان از دست داده بودند را از دیگر پروژه های تحقیقاتی انیستیتو روان شناسی دانشگاه علوم پزشکی ایران عنوان کرد و یادآور شد: در این تحقیقات برای مادرانی که فرزندان خود را بر اثر بیماری سرطان از دست داده بودند یکسری جلسات برگزار و در آن آموزش های معنوی ارائه شد.

به گفته وی مادرانی که در این جلسات شرکت کرده بودند نسبت به مادرانی که این دوره را نگذرانده بودند سازگاری بیشتری با زندگی داشتند.