

الدرس الثاني

عناية الإسلام بالصحة النفسية		
الأدلة الشرعية	حالة نفسية يشعر فيها المسلم بالرضا والارتياح عندما يكون حسن الخلق مع ربه و نفسه ومع الناس	مفهوم الصحة النفسية
قال تعالى: " من عمل صالحا من ذكر وأنثى وهو مؤمن فلنحيينه حياة طيبة ولنجزينهم أجرهم بأحسن ما كانوا يعملون" -النحل: 97		
قال النبي (صلى الله عليه وسلم): " من أصبح منكم معافى في جسده أمنا في سر به عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا" -سنن ابن ماجة-	: الشعور بالرضا عن الذات - التوافق مع المحيط الاجتماعي -علاقات طيبة ومقبولة مع الناس- الإيجابية مع النفس والمجتمع والبيئة - القدرة على حل المشكلات ومواجهة الصعوبات المختلفة	مظاهر الصحة النفسية في الإسلام
قال تعالى: " الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب"- الرعد: 28	الإيمان (بتقديمه لتصورات عن وجود الإنسان ومصيره وغايته ف الحياة) - القناعة وترك السخط دون تكاسل أو تواكل- التفاؤل - الصبر- حسن الخلق مع الناس - التفاؤل (الثقة بالله والرضا بقضائه	وسائل الإسلام لتنمية الصحة النفسية
قال تعالى " والكاظمين الغيظ والعافين عن الناس والله يحب المحسنين" - آل عمران : 134	السيطرة على الانفعالات -نيل رضا الله- استيعاب صدمات الحزن والفرح وضمان الصحة - تحقيق السعادة والعافية -والأمن والاستقرار في البلد	ثمار الصحة النفسية