

مدیریت سلامت

مهدیه حیدری

کارشناسی ارشد مدیریت دولتی پردیس فارابی دانشگاه تهران

چکیده

شادی برای انسان یک ضرورت است. در سایه شادی و نشاط، زندگی معنا و مفهوم پیدا می کند و دل ها به هم نزدیک و ترس و بدگمانی و ناکامی بی اثر می گردد. شادی نه تنها بر روح و روان انسان تأثیر می گذارد بلکه جسم او را نیز تحت تأثیر قرار می دهد. به طوری که گفته اند حتی قادر است از رشد و نمای بیماری سرطان پیشگیری می کند. قرن هاست که انسان به رابطه مستقیم بین اندازه با ابتلا به انواع بیماری ها اعتقاد داشته است. اما به تازگی در یک کنفرانس علمی در آمریکا، تعدادی از کارشناسان رشته های مختلف پزشکی و روان درمانی وجود این رابطه را به طور عملی مورد تأیید قرار دارند. که نتیجه آن رابطه مستقیم بین ناراحتی های روانی و بیماری ها بود. چیزی که قرن ها پیش در دین ما اسلام همواره عمل کنیم (که حتی در کوچکترین امومان ما گواه این است. و این نشان دهنده این می باشد که اگر به دستورات اسلام همواره عمل کنیم) (که حتی در کوچکترین امور زندگی برنامه ریزی شده است) سلامت جسم و روح و شادی را به دنبال خواهیم داشت. مثلاً حضرت علی فرماید سلامت جسم در کمی خوراک است.

واژه های کلیدی: شادی، بهداشت روان، سلامت جسم، خنده.