



سلامت معنوی

سلامتی ۴ بعد دارد . جسمانی، روانی ، اجتماعی و معنوی . سلامت معنوی به عنوان بعد مکمل سلامتی از اهمیت ویژه ای برخوردار است.

سلامت معنوی ناظر به افکار و رفتارهای شخصی است که حس تعلق به یک بعد متعالی یا فراسو را بیان می کند.

دیدگاه معنوی بر روی باورها، نگرش ها ، ارزش ها و رفتارها تاثیر عمیق دارد همچنین بر بیوشیمی و فیزیولوژی تاثیر می گذارد . این تاثیر روی فکر و بدن به نام **تندرستی معنوی** نامیده می شود.

یک فرد معنوی انسانی است که معنی و هدف زندگی را تجربه کرده و دارای یک نظام ارزشی درونی است که به درک وی از زندگی و تصمیم گیری های وی در طول حیات کمک می کند . یک دیدگاه متعالی است که به ادراک پاکی و قداست زندگی و اسرار حیات و عالم هستی کمک می کند .

این فرد در اجتماعی به سر می برد که فرصت هایی برای پرستش، و مناجات و یا نیایش را به وجود می آورد . علاوه بر این حس هویت و ارزش های مشترک، حمایت متقابل و راهی برای کمک به محرومان جامعه ایجاد می نماید و می تواند یاریگر شخص در سلامت روانی ، اجتماعی و جسمانی شود.

واحد سلامت روانی ، اجتماعی و اعتیاد

مرکز بهداشت استان

شهریور ۱۳۹۱

