

A Healthy Lifestyle with an Islamic-Iranian Model: A Guarantee of Health and Social Security

Mohammad Reza Fartookzadeh ^{1*}

¹ Ophthalmology Department, Hazrat Rasool Akram Hospital, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

Received: 25 February 2024 Accepted: 6 April 2024

Abstract

The most sublime theme in describing a healthy life based on the Islamic-Iranian model is the beautiful Quranic word “Hayat Tayyiba.” This phrase means living in the way of God and achieving high goals, reaching the truth, attaining nearness to the Almighty, and embodying divine morality. In this way of life, material comfort and well-being are realized along with spiritual development, progress, and ascension. A healthy lifestyle encompasses religious customs, instructions, and comprehensive health recommendations for living well and leading a purposeful, joyful life free from disease or abnormality. Healthy social behavior and a good way of living form the foundation of human happiness. Emphasizing justice in health and its social determinants will enhance social health and other aspects of well-being while preventing the emergence and development of risk factors for diseases. This significant social achievement will, in turn, ensure, maintain, and enhance security in society. Embracing a healthy lifestyle with an Islamic-Iranian approach will result in a balanced and meaningful personal life, and its impact on social life will contribute to society's attainment of security, order, and participation.

Keywords: Health, Lifestyle, Social Health, Social Security.

* **Corresponding Author:** Mohammad Reza Fartookzadeh

Address: Ophthalmology Department, Hazrat Rasool Akram Hospital, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

E-mail: fartook@ams.ac.ir



سبک زندگی سالم با الگوی اسلامی - ایرانی: ضامن سلامت و امنیت اجتماعی

محمد رضا فرتوک زاده*

^۱گروه چشم پزشکی، بیمارستان حضرت رسول اکرم (ص)، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۱۲/۰۶ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۱/۱۸

چکیده

عالی‌ترین مضمون در توصیف زندگی سالم براساس الگوی اسلامی - ایرانی واژه زیبای قرآنی "حیات طیبه" است. این گل‌واژه به معنی زندگی در راه خدا و رسیدن به هدف‌های عالی، وصول به حق، رسیدن به قرب باری تعالی و تخلّق به اخلاق الهی است. در این شیوه زندگی آسایش و رفاه مادی همراه با تکامل و پیشرفت و عروج معنوی، تحقّق می‌پذیرد. سبک زندگی سالم، آداب و دستورات دینی و توصیه‌های جامع سلامتی در مورد خوب‌زیستن و داشتن زندگی هدفمند و شاداب و عاری از بیماری یا ناهنجاری است. رفتار اجتماعی سالم و شیوه خوب‌زیستن، زمینه‌ساز سعادت انسان است. توجه به عدالت در سلامت و تعیین‌کننده‌های اجتماعی آن، موجبات ارتقای سلامت اجتماعی و سایر ابعاد سلامت را فراهم و از بروز و توسعه عوامل خطر بیماری‌ها پیشگیری می‌نماید. این دستاورد بزرگ اجتماعی به‌نوبه خود، امنیت را در جامعه تأمین، حفظ و افزایش خواهد داد. اتخاذ سبک زندگی سالم با رویکرد اسلامی - ایرانی موجب برخورداری از زندگی شخصی متعادل و پرمعنی شده، بازتاب آن در زندگی اجتماعی، دستیابی جامعه به امنیت، نظم و مشارکت خواهد بود.

کلیدواژه‌ها: سلامت، سبک زندگی، سلامت اجتماعی، امنیت اجتماعی.

* نویسنده مسئول: محمد رضا فرتوک زاده

آدرس: عضو هیئت علمی بخش چشم‌پزشکی، بیمارستان حضرت رسول اکرم (ص)، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.

ایمیل: fartook@ams.ac.ir

مقدمه

سلامت اجتماعی یکی از ابعاد سلامت همه‌جانبه است که در تعریف سازمان جهانی بهداشت مطرح شده است. در این تعریف، سلامت نه تنها نبود بیماری، بلکه تحقق آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی است. بُعد سلامت معنوی، بعداً مطرح و به تعریف فوق اضافه شده است. سلامت اجتماعی، بخشی از سلامت فرد است که در عرصه اجتماع به‌ظهور می‌رسد و با مفاهیمی از قبیل حمایت اجتماعی، اعتماد اجتماعی، یا مفهوم جامع‌تر سرمایه اجتماعی، پیوند وثیق دارد (۱).

در تحولات بعدی در تعریف سلامت اجتماعی، تمرکز از رویکرد همه‌گیرشناختی و زیست‌پزشکی، به‌سوی اهمیت عوامل رفتاری و اجتماعی، اتفاق افتاده است (۲). امیری رازانی و همکاران مؤلفه‌های هفت‌گانه زیر را در رابطه بین سرمایه اجتماعی با سلامت اجتماعی در ایران عنوان نموده‌اند: کسی زیر خط فقر نباشد؛ خشونت در جامعه وجود نداشته باشد؛ رشد جمعیت کنترل شده باشد؛ آموزش تا پایان دوره راهنمایی اجباری و رایگان و سپس رایگان باشد؛ توزیع درآمدها عادلانه باشد؛ همه مردم تحت پوشش بیمه باشند؛ بیکاری وجود نداشته باشد. سایر مؤلفه‌های سلامت اجتماعی در مطالعات عبارتند از: اخلاق اجتماعی، عرف اجتماعی، آموزه‌های اخلاقی، اخلاق عملی، ادغام اجتماعی، پذیرش اجتماعی، مشارکت اجتماعی، شکوفایی اجتماعی، انسجام اجتماعی، قلمروهای ارتباطی، مهارت‌های زندگی و اجتماعی‌شدن. همه موارد تصریح شده در تعریف و مفهوم سلامت اجتماعی با امنیت اجتماعی و به‌نوبه خود با امنیت پایدار ملی در ارتباط است (۳). مفهوم سلامت اجتماعی و نسبت آن با امنیت پایدار ملی در مطالعه سیدیچی صفوی و همکار بررسی شده است. آن‌ها مفهوم امنیت پایدار را امنیت اجتماعی‌شده فرهنگ‌محور تعبیر نموده‌اند که لازمه قطعی آن امنیت اجتماعی است که ریشه در سلامت اجتماعی دارد (۴).

سلامت اجتماعی (Social Health) مشارکت فعال فرد در زندگی اجتماعی است و در تعریف سازمان جهانی بهداشت شامل فعالیت‌های اجتماعی، بهزیستی اجتماعی، چگونگی ارتباطات اجتماعی، ارتباطات بین فردی (فرد با فرد)، حمایت و پشتیبانی اجتماعی، رضایت خاطر و مشارکت در نقش‌های اجتماعی بیان شده است (۵). سلامت اجتماعی به‌عنوان یک اصل بنیادی و کلیدی در بهبود، تعالی و عملکرد اثربخش هر جامعه سهم بسزایی دارد و ابعاد آن (فعالیت‌های اجتماعی، بهزیستی اجتماعی، چگونگی ارتباطات اجتماعی، ارتباطات بین فردی، حمایت اجتماعی، رضایت خاطر و مشارکت در نقش‌های اجتماعی) در قرآن مجید، به‌ویژه در سوره کهف، با خلوص نیت و به دور از شرک دیده شده است (۶).

امنیت نیازی اساسی و همگانی است که با داشتن ابعاد اجتماعی و فرهنگی، اهمیت و ضرورتی انکارناپذیر در زندگی اجتماعی دارد و همه افراد بعد از رفع نیازهای زیستی، به آن نیاز مبرم دارند. مهمترین وجه متمایز امنیت در نظام، قرابت آن با عدالت

است و عدالت نیز در این چارچوب، همان عدل الهی است که دو جنبه تکوینی و تشریحی دارد. بر این اساس، امنیت مفهومی است فرهنگی، عقیدتی، جهانی، پایدار، بسط‌محور و جامع‌الابعاد (۷).

امنیت اجتماعی: از الزامات سلامت اجتماعی در جامعه، احساس امنیت اجتماعی است. افراد برخوردار از سلامت اجتماعی، با موفقیت بیشتری می‌توانند با مشکلات ناشی از ایفای نقش‌های اصلی اجتماعی کنار بیایند (۲). امنیت اجتماعی به‌معنی حفظ سیستم اجتماعی است؛ به‌گونه‌ای که اجتماع، خانواده و فرد در مقابل تهدیدها و ناهنجاری‌های اقتصادی و اجتماعی یا شخصی، ایمن و از سلامت زندگی خود اطمینان داشته باشند.

سبک زندگی سالم مجموعه آموزه‌ها، معارف، باورها، انگیزه‌ها، مهارت‌ها و رفتارهای فردی، خانوادگی، اجتماعی، حرفه‌ای و اندیشه‌ای، بر مبنای سیره زندگی پیامبر گرامی اسلام (ص)، معصومان علیهم‌السلام و تعالیم دین مبین اسلام است (۸). در واقع گونه‌ای خاص از زیستن می‌باشد که سرشار از دانایی و توانایی است و بر وصول انسان به تعالی تکیه می‌کند.

این مفهوم که دربرگیرنده توصیه‌های جامع سلامتی در مورد خوب‌زیستن و داشتن زندگی هدفمند و شاداب و عاری از بیماری، نارسایی و یا ناهنجاری است، از موضوعات میان‌رشته‌ای است که به‌منزله نقشه راه زندگی قابل بازخوانی در فرهنگ اسلامی است. علامه طباطبایی بر همسویی مفهوم دین با روش زندگی و وظایف انسان تأکید دارد (۹، ۱۰). تطبیق سبک زندگی در فرهنگ اسلامی در موضوع وظایف و مسئولیت‌های زندگی تجلی می‌یابد.

سنه ضروریه (شش اصل ضروری سبک زندگی سالم در طب سنتی ایرانی)

اصول شش‌گانه روش زندگی و اصول پیشگیری از بیماری و ارتقای سلامت در طب سنتی ایرانی، در بسیاری جهات با آیات و روایات مکتب الهی اسلام منطبق است و یا از آن‌ها تأثیر پذیرفته است. پزشکی سنتی ایران سرشار از توصیه‌های بهداشتی است و به‌تفصیل به سلامتی و روش‌های حفاظت از آن می‌پردازد. عوامل شش‌گانه مؤثر در تندرستی انسان به‌شرح زیر خلاصه شده است:

- هوای معتدل و محیط زیست پاک، سالم و فرح‌بخش؛
 - رعایت میانه‌روی در خوردن و آشامیدن؛
 - بهترین شیوه‌ها و زمان‌های حرکت و سکون تا موجبات تلطیف و تقویت اعضاء موردنظر را فراهم آورد؛
 - بهترین زمان خواب و بیداری میزان و وضعیت مناسب خوابیدن، تعادل و تناسب بین خواب و بیداری؛
 - استفرغ و احتیاس (دفع مواد غیرضروری و حفظ مواد ضروری)؛
 - اعراض نفسانی (حالات روحی و روانی مناسب که تمام رفتار و اعمال انسان را متأثر می‌سازد)؛
- در شرایط زمان حاضر نیز با الگوبرداری از این عوامل شش‌گانه، می‌توان دستاوردهای زیادی در قالب سبک زندگی سالم

و ارتقای سلامت همه‌جانبه به‌دست آورد (۱۱).

ارتقای سلامت اجتماعی در منابع اسلامی

در مطالعهٔ پسندیده موقعیت‌های سلامت اجتماعی در منابع اسلامی به شرح زیر استنباط شده است (۱۲): حرمت (حریم اجتماعی)، تعاون اجتماعی، مواسات اجتماعی، انصاف اجتماعی، ایثار اجتماعی، دل‌رحمی (رحمت اجتماعی)، خیرخواهی اجتماعی (نصیحت)، واداری و بازداری اجتماعی، قردانی اجتماعی، گذشت اجتماعی، بردباری اجتماعی، فروتنی اجتماعی، محبت اجتماعی، الفت اجتماعی، رحمت اجتماعی، اخوت اجتماعی، خانواده اجتماعی، وفاداری اجتماعی، صداقت و امانت‌داری، آداب اجتماعی، حسن خلق، سرور و شادی اجتماعی. سایر مفاهیم نظیر منزلت، الفت، اخوت، خانواده، خوش‌اخلاقی و امانت‌داری نیز در منابع اسلامی ارائه شده که کاربرد و رواج آن‌ها در جامعه موجب ارتقای سلامت اجتماعی می‌گردد (۱۲).

این مفاهیم در ده موقعیت اجتماعی بروز می‌نمایند: «داشته‌های دیگران (مال، جان، ایمان، آبرو)»؛ «نیازمندی، وضع و محرومیت دیگران»؛ «سرنوشت دیگران»؛ «خوبی دریافت‌شده از دیگران»؛ «بدی دریافت‌شده از دیگران»؛ «منزلت خود در مقایسه با دیگران»؛ «عواطف بین‌فردی در رابطه با دیگران»؛ «پیمان‌ها و قراردادهای اجتماعی»؛ «شکل و قالب ارتباط با دیگران»؛ «هیجان در ارتباط با دیگران».

نویسنده نتیجه گرفته است که با تمرکز بر این ده موقعیت و برنامه‌ریزی متمرکز بر کنش فردی، واکنش به رفتار دیگران و تنظیم رفتار دربارهٔ اصل تعامل، می‌توان سلامت اجتماعی را ارتقا داد (۱۲).

سلامت اجتماعی و رابطهٔ آن با امنیت پایدار ملی

سلامت اجتماعی یکی از ابعاد سلامت همه‌جانبه است که هماهنگ با سایر ابعاد فیزیکی، روانی و معنوی سلامت، در امنیت و توسعهٔ پایدار جامعه تأثیرگذار است. ارتقای کیفیت زندگی آحاد مردم و توسعهٔ شاخص‌های سلامت اجتماعی موجب احساس امنیت اجتماعی است که لازمهٔ امنیت پایدار ملی است. بعضی از مؤلفه‌های سلامت اجتماعی عبارتند از: «فقدان فقر»؛ «فقدان خشونت»؛ «رشد کنترل‌شدهٔ جمعیت»؛ «عدالت قضایی (برابری در پیشگاه قانون)»؛ «حقوق بشر»؛ «آموزش همگانی رایگان»؛ «دسترسی همگانی به خدمات سلامت»؛ «امنیت»؛ «آزادی عقیده»؛ «احساس رضایت از زندگی»؛ «پوشش بیمه»؛ «توزیع عادلانهٔ درآمد»؛ «اشتغال و فقدان بیکاری»؛ «عدم تبعیض قومی-تژادی و منطقه‌ای»؛ «مردم‌سالاری» و «مشروعیت دولت و نظارت مردم‌سالارانه بر حکومت».

شاخص‌های اصلی امنیت پایدار عبارتند از «رضایتمندی»؛ «تعلقات اجتماعی»؛ «همبستگی و وفاق فرهنگی، اجتماعی»؛ «قانون‌گرایی» و «روحیهٔ همکاری مردم با یکدیگر و با حکومت» (۴).
فاتحی دو راهبرد کلیدی اجتماعی و فرهنگی («مردم‌محوری»

و «ظرفیت‌سازی») و چند راهبرد دیگر برای امنیت پایدار در جامعهٔ ایران ارائه نموده است: «تولید و بازتولید مستمر و فزایندهٔ فرهنگ امنیت میان لایه‌های گوناگون اجتماعی»؛ «تولید و بازتولید مستمر و فزایندهٔ فرایندهای نظم اجتماعی از طریق جامعه‌پذیری و فرهنگ‌پذیری»؛ «تولید و بازتولید مستمر و فزاینده در فرایندهای مرتبط با ایجاد وحدت رویه و عدم برخوردهای سلیقه‌ای دستگاه‌های مسئول با آسیب‌ها و جرایم حوزهٔ امنیت اجتماعی»؛ «تقویت و اقتداربخشی به نهادها و سازمان‌های نظامی، انتظامی و قضایی مسئول در حوزهٔ امنیت عمومی که مسئول حفظ جان، مال و نوامیس اعضای جامعه هستند»؛ «تقویت و اقتداربخشی به نهادها و سازمان‌های نظامی، انتظامی و قضایی مسئول در حوزهٔ امنیت اجتماعی، که مسئول حفظ ارزش‌های حیاتی و اساسی جامعه هستند» (۱۳).

عوامل اجتماعی سلامت (Social Determinants of Health)

و رابطهٔ آن‌ها با سلامت و امنیت اجتماعی
عدالت محوری‌ترین عامل تعیین‌کنندهٔ سلامت در جامعه است. امام علی(ع) فرموده‌اند: «العدل حیاة الاحکام؛ عدالت روح و کالبد احکام الهی است» (۱۴). عدالت در کانون ارزش‌های انسانی و اسلامی قرار دارد. در قرآن مجید نسبت به آن امر شده و در کلام پیامبر گرامی اسلام(ص) و معصومین(ع) در مورد تحقق آن در جامعه رهنمودهای ارزشمندی ارائه شده است. در منشور حکومتی امام علی(ع) به مالک اشتر در باب محرومین (... کسانی که بیچارگان‌اند از مساکین و نیازمندان و بینوایان و زمین‌گیران ...)، سفارش مؤکد شده است. فقر، محدودیت درآمد، بیکاری، مشکلات فرهنگی، ضعف سواد سلامت، بی‌اطلاعی از حقوق و مسئولیت‌های شهروندی؛ نداشتن مسکن و محل کار مناسب و سایر عوامل اجتماعی، از عوامل بی‌عدالتی محسوب می‌شوند. توجه کامل به نقش پررنگ عوامل اجتماعی سلامت برای تحقق عدالت در سلامت ضروری است. در مطالعهٔ ملک‌افضلی و همکار بعضی از شاخص‌ها و مؤلفه‌های عدالت در سلامت و تعیین‌کننده‌های اجتماعی آن به شرح زیر مشخص شده است: فقر، تبعیض، نداشتن شغل مناسب، نداشتن درآمد کافی، بیسوادی و کم‌سواد، نداشتن مسکن و محل کار مناسب، برخوردار نبودن از محیط زیست پاک و ایمن، برخوردار نبودن از خدمات سلامت کارآمد و قابل‌تحمل از نظر هزینه، مراعات نمودن اخلاق حرفه‌ای و اسلامی و پاسخگویی در فرآیند دریافت مراقبت‌ها و خدمات سلامت، حکمرانی نامناسب در نظام سلامت، برخوردار نبودن از امنیت غذایی، برخوردار نبودن از حمایت‌های اجتماعی، برخوردار نبودن از امکان استفاده از حمل‌ونقل مناسب و نظایر آنها (۱۵). تأمین عدالت در سلامت با به‌کارگیری اصول مراقبت‌های اولیهٔ سلامت، یعنی فناوری مناسب، مشارکت مردم و همکاری بین‌بخشی، همراه با شاخص‌های حساس به عدالت معتبر، عملی و به روز و تعهد سیاسی و اقدام همگان برای رفع بی‌عدالتی، میسر خواهد بود (۱۵).

را در منظومه فکری مقام معظم رهبری، حضرت آیت‌الله خامنه‌ای بررسی نمودند. این عناصر عبارت بودند از: «هویت»، «احساس امنیت»، «اعتماد» و «سلامت محیط» (۱۹).

نویسندگان تأثیر امنیت اجتماعی بر سبک زندگی را بررسی نمودند: «یافته‌ها حاکی از آن بود که افراد با امنیت اجتماعی بالاتر، متعلق به سبک زندگی اختیاری هستند و افراد با امنیت اجتماعی کمتر، دارای سبک زندگی اجباری بوده‌اند. افرادی که امنیت شغلی کمتری دارند، بیشتر سبک زندگی خویش را تحت تأثیر الزامات و فشارهای اجتماعی سامان می‌دهند و همچنین افراد با امنیت منزلتی پایین‌تر، امتناع بیشتری در بروز رفتارهای آشکار خویش دارند و به پنهان‌کاری می‌پردازند. لذا سبک زندگی اختیاری هم در کل، تابعی از امنیت اجتماعی است و هم ابعاد امنیت اجتماعی تأثیر معناداری بر ابعاد سبک زندگی اختیاری دارند» (۲۰).

نتیجه‌گیری

سلامت اجتماعی از اساسی‌ترین معیارهای رفاه اجتماعی است که در ارتقای کیفیت زندگی جامعه مؤثر بوده، خوب نگریستن به زندگی و حیات جمعی را برای فرد فراهم می‌کند. سلامت اجتماعی با امنیت اجتماعی و به تبع آن، امنیت پایدار ملی مرتبط است. سبک زندگی سالم با الگوی اسلامی- ایرانی موجب ارتقای همه شاخص‌ها و همه ابعاد سلامت و پیشگیری از مخاطرات تهدیدکننده سلامت شده، موجبات برقراری امنیت پایدار در جامعه را فراهم می‌سازد.

تضاد منافع: بدین وسیله نویسنده تصریح می‌نماید که هیچ‌گونه تضاد منافی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Tavakol M. Social Health: Dimensions, components, and indicators in Iranian and world studies. *Journal of Bioethics*. 2016;4(4):115-35. [In Persian]
2. Nejat S, Ahmadvand A. Delineating the Position of Social Health in the Country's Health System. *National Institute of Health Research*; 2007. [In Persian]
3. Amini Rarani M, Mousavi MT, Rafiey H. Correlation of social capital with social health in Iran. *Social Welfare Quarterly*. 2011;11(42):203-28. [In Persian]
4. Safavi SY, Mohageghi MA. The Role of Health in Security and Sustainable National Development-Section 4: Social Health and Its Relation to Sustainable National Security. *Journal of Combat Medicine*. 2021;4(1):2-12. [In Persian] doi:10.30491/jcm.2021.150333
5. Ghomashchi F. Study on the health status and family strength and its internal and external damage in Tehran province, Center for Women and Family

سبک زندگی سالم با الگوی اسلامی-ایرانی در تعاملات اجتماعی

جامعه‌شناسان دلیل اصلی گفتمان سبک زندگی را چگونگی و نوع مصرف مادی قرار داده‌اند. مؤلفه‌های فرعی در این دیدگاه عبارتند از: رفتارهای فردی، خانوادگی، اجتماعی، فرهنگی، فراغتی، سیاسی و دینداری. این رویکرد با دیدگاه اسلامی-ایرانی متفاوت است. معنویت در سبک زندگی سالم با الگوی اسلامی-ایرانی از جایگاه ویژه برخوردار است، که در عالی‌ترین مضمون، یعنی حیات طیبه اسلامی، متجلی است. مقام معظم رهبری اساس سبک زندگی سالم اجتماعی را بر پایه‌های عقلانیت، عدالت و معنویت دانسته‌اند؛ روح و اساس آن را معنویت و آن را مایه هدفدارشدن و معنادارشدن زندگی دانسته‌اند. در این دیدگاه ارزشمند «زندگی انسان‌ها، تلاش انسان‌ها، خرد و دانایی انسان‌ها، حقوق انسان‌ها، وظایف و تکالیف انسان‌ها، صحنه سیاست انسان‌ها، اقتصاد جوامع انسانی، صحنه تربیت، صحنه عدالت؛ این‌ها همه میدان‌های زندگی است. به این معنا، دنیا میدان اساسی وظیفه و مسئولیت و رسالت دین است» (۱۶).

بحث

در مطالعه رفیعی‌کیا و همکاران نتیجه‌گیری شد که اتخاذ سبک زندگی اسلامی و زیست مطابق با الگوی زندگی اسلامی، ارتباطی سالم و به دور از عوامل مخرب را موجب شده و باعث برقرارشدن نظم و امنیت در جامعه می‌شود (۱۷). در مطالعه طولی و همکاران سبک زندگی اسلامی با مؤلفه‌های شخصیتی «عزت نفس»، «خودکارآمدی» و «سازگاری اجتماعی» ارتباط مثبت داشته است (۱۸). امیری لرگانی و همکاران عناصر تقویت‌کننده امنیت اجتماعی

- Affairs, Deputy of Education and Research. Tehran: 2008. [In Persian]
6. Seyyedkalan SM, Maleki Avarsin S. Explaining the idea of social health based on the view of the Holy Qur'an (Al-Kahf-oriented Surah). *Islam And Health Journal*. 2020;5(1):45-54. [In Persian]
7. Poursaeed F. The Concept and Nature of Security in the Islamic Republic of Iran. *Security Horizons*. 2014;7(22):505. [In Persian]
8. Editorial. Ideals and models in a healthy Islamic-Iranian lifestyle. *Iranian Journal of Culture and Health Promotion*. 2021;4(4):361. [In Persian]
9. Mohammadi Laine MB, Darabinia M, Hashemi Soteh SM. Healthy Generation Components on Acquisition, Application, and Transferring Values to Next Generations According to Islamic Views and Genetics. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 2020;30(183):73-83. [In Persian]
10. Tabatabai S, Simforoush N. Developing the pattern of family health and Ideal population based on celestial values in medical education. *Journal of*

Medical Council of Iran. 2017;35(2):175-86. [In Persian]

11. Noras MR. The principles of prevention and traditional medicine from the Holy Qur'an. *Journal of Islamic and Iranian Traditional Medicine*. 2013;4(3):286-90. [In Persian]

12. Pasandideh A. Social health situation in the Islamic sources. *Iranian Journal of Culture and Health Promotion*. 2021;5(2):237-40. [In Persian]

13. Fatehi A. Social and Cultural Strategies for Sustainable Security with Emphasis on the Discourse of the Islamic Revolution. *Security Horizon*. 2012;5(15):491. [In Persian]

14. Tamimi A. *Efficiency*, Ghurar al-Hikam WA Durar al-Kalim. Translated by Mohammad Ali Ansari. Beirut: Institute Alalmy LImtbat. 2012.

15. Malekafzali H, Malekafzali B. Indicators of Equity in Health and its Social Determinants. *Iranian Journal of Culture and Health Promotion*. 2020; 4(2):141-54. [In Persian]

16. Ahmadi A, Zolfaghari A. Islamic Lifestyle in the Thought of the Supreme Leader. *Intercultural*

Studies. 2019. pp. 121-148. [In Persian]

17. Rafieikia H, Nomoradi H, Maghazei M. Islamic Lifestyle and its Impact on Social Security (Case Study of Arak City). *Ferdowsi University of Mashhad Journal of Social Sciences*. 2023;20(4):241-70. [In Persian] [doi:10.22067/social.2023.85214.1443](https://doi.org/10.22067/social.2023.85214.1443)

18. Toulabi Z, Samadi S, Motaharinezhad F. A study on the role of self-esteem and self-effectiveness for the relation between Islamic life style and social adaptation among the youth in Mashhad. *Sociological Studies of Youth*. 2013;4(9):115-32. [In Persian]

19. Amiri SS, Asgharpour Masouleh A. The emergence of selective religiosity among young girls in mashhad: presenting a contextual theory. *Social Sciences Journal of Ferdowsi University of Mashhad*. 2016;13(2):1-22. [In Persian] [doi:10.22067/jss.v13i2.32095](https://doi.org/10.22067/jss.v13i2.32095)

20. Navidnia M. Studying the relationship between social security and lifestyle (A Research in Tehran). *Journal of Specialized Social Science*. 2014;11(41): 120-34. [In Persian]