نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره هفتم، تابستان ۱۴۰۲، شماره دوم، صفحات ۳۲۲ تا ۳۳۰

پژوهشی

بررسی ارتباط نواهی شرع مقدس با ابعاد سلامت با تأکید بر سلامت معنوی

نیکزاد عیسی‌زاده[1*]، رضا محمدصالحی[2]، نسرین جعفری کادیجانی[3]

۱. *نویسنده مسئول: دانشیار مرکز تحقیقات علوم قرآن، حدیث و طب، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران، nikzadiesazadeh@gmail.com
۲. کارشناس ارشد الهیات، فقه و مبانی حقوق و زبان و ادبیات فارسی، دانشگاه تهران
۳. روان‌شناس، استادیار دانشگاه آزاد اسلامی تهران شمال

دریافت مقاله: ۱۴۰۲/۰۲/۳۱ پذیرش مقاله: ۱۴۰۲/۰۵/۱۰

چکیده

زمینه و هدف: اسلام با ارائه اوامر و نواهی و با نگرشی چندبُعدی، علاوه بر ایجاد معنای زندگی برای فرد به عنوان موجودی هدفمند ابزاری برای خودکنترلی و تعیین سرنوشت، توسط خودِ فرد فراهم می‌کند. انسان در ساختاری مرتبط با خدا، خود، دنیا و دیگران، با پذیرش مسئولیت نسبت به این ابعاد، علاوه بر اهمیت ارضای نیازهای فردی و رشد و ارتقای شخصی، خود را نسبت به جامعه و هستی نیز مسئول دانسته و در تک‌تک لحظات عمر، خود را به دستورعمل اجرایی مجهز می‌کند تا با نگرشی عمیق و پیش‌بینی عملکرد خود و اثر آن، مسیری کارآمد، منطقی و عقلانی برای خود بسازد تا به سعادت و کمال نایل شود. هدف از این پژوهش، **بررسی ارتباط نواهی شرع مقدس با ابعاد سلامت با تأکید بر سلامت معنوی است.**

روش: این تحقیق ترکیبی از مطالعه کتابخانه‌ای و میدانی است.

یافته‌ها: میانگین نمرات جمعی نشان می‌دهد توجه به نواهی شرعی و رعایت آن از سطح قابل قبولی در بین جامعه هدف برخوردار است. بالاترین نمره میانگین جمعی ۴/۷ موضوع رضایت خداوند بود.

نتیجه‌گیری: این مطالعه نشان داد هر جا که رعایت نواهی شرعی در جامعه نهادینه شده و برای آنها الگوسازی شده است، توجه و التزام به آنها بیشتر و هرچه در الگوسازی و نهادینه کردن رعایت نواهی توسط امرای جامعه قصور شده، رعایت آن در جامعه هدف کم‌رنگ‌تر است. تربیت، تعلق خاطر و پذیرش دستورهای دین است که به عنوان چارچوبی در ایجاد منبع کنترل درونی، عملکرد فرد را هدایت کرده و آرامش و رضایت‌خاطر را برای او به ارمغان می‌آورد و ما را به سمت تأثیر مثبت رعایت نواهی شرع بر سلامت وجودی به خصوص سلامت معنوی در افراد رهنمون می‌سازد.

کلیدواژه‌ها: اسلام، خویشتن‌داری، رضایت شخصی، سلامت معنوی، معنویت

مقدمه

از مسایل مهم در زندگی بشر، سلامت روان و شناخت شیوه دست‌یابی به آن است. از سلامت روان بیشتر در محدوده زندگی دنیا سخن گفته شده، چنانکه سازمان بهداشت جهانی در اساسنامه خود در سال ۱۹۴۸ ،سلامتی را به عنوان حالتی از بهزیستی اجتماعی، روانی و جسمی و نه تنها فقدان بیماری تعریف کرده است.(۱) و آنگاه بعد از نیم قرن در سال ۱۹۹۸ بُعد دیگری بر آن افزود که بُعد معنوی بود. بنابراین سلامت معنوی در طول سه بعد دیگر قرار گرفت(۲۰) به عبارتی چگونگی عملکرد انسان در روابط اجتماعی و چگونگی تفکر وی در باب اجتماع نیز به منزله معیارهای ارزیابی سلامت فرد در سطح کلان جامعه بشمار می‌رود (۲) این تعریف بعد اجتماعی سلامتی را به توانایی مواجهه و تطابق با یک محیط خاص پیوند می‌دهد و آن را به عنوان وسیله‌ای که هم بر امکانات اجتماعی و فردی تأکید دارد و هم بر توانایی‌های جسمی، معرفی می‌کند و نشان می‌دهد سلامتی در فرایندها و اقدامات روزمره زندگی مردم ریشه دارد، سلامت معنوی، یکی از ابعاد چهارگانه سلامت (جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی) طبق تصویب سازمان جهانی بهداشت است؛ اما جوامع بشری در مسیر علمی شدن، پس از پیشرفت در تکنولوژی مادی و جدا شدن از اندیشه‌های عمیق دینی، در زمینه مسایل روانی، مشکلات فراوانی را تجربه کردند و همین امر در ابعاد مختلف و تفرد رویکردهای علمی باعث شد، در بازنگری متون علمی شاهد بازگشت به اتحاد علمی و استفاده از منابع اصیل دینی به جای رقابت در عرصه علم باشیم به طوریکه در تحولات اواخر قرن نوزدهم، توجه روان درمانگران به فرهنگ و استفاده از مذهب را می‌توان دید.

در دو دهه اخیر، معنویت در جایگاه مهمی از فرایند بررسی کیفیت زندگی مورد تأکید قرار گرفته است، با مطالعه درباره ارتباط معنویت با سلامت جسمی، روانی و ارتقای سازگاری، می‌توان نتیجه گرفت سلامت

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

معنوی از جمله عواملی است که کیفیت زندگی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد، چه آنکه علاوه بر کیفیت زندگی، یکی از عوامل مهم در سلامت روان هر فرد سلامت معنوی است که در سال‌های اخیر ارتباط بین سلامت روان و معنویت مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است به‌گونه‌ای که معنویت در سلامت روانی و جسمی تأثیر به سزایی دارد (ایوان بقا و همکاران، ۱۳۹۴). سلامت مذهبی به رضایت ناشی از ارتباط با یک قدرت برتر و سلامت وجودی به تلاش برای درک معنا و هدف در زندگی اطلاق می‌شود. بنابر این حمایت ناشی از منابع معنوی یا مذهبی و داشتن ارتباط با قدرتی بالاتر سودمند بوده و می‌تواند برای بهبودی کیفیت زندگی، کاهش و کنترل اختلالات سلامت روان، حمایت بین فردی، کاهش شدت علائم و نتایج مثبت پزشکی نیز سودمند باشد (۳).

قرآن، سازوکارهای معرفتی و اخلاقی را برای جلوگیری انحرافات اجتماعی بیان می‌کند و بستر تکامل فرد را وابسته به جامعه نشان می‌دهد و علاوه بر فرد، محیط اجتماعی را درگیر این فرایند دیده و با چندمحور اساسی همچون خانواده، اصل امر به معروف و نهی از منکر، مسئله گناهان صغیره و کبیره و مواردی از این دست به مبحث آسیب‌ها و انحرافات اجتماعی ورود پیدا می‌کند. از دیدگاه قرآن کریم، جوامع به‌طورمعمول از دو منظر با آسیب‌های اجتماعی روبه‌رو هستند، ۱- آسیب‌های اجتماعی که از درون خود جامعه بیرون آمده است، ۲- آسیب‌های اجتماعی که از بیرون به جامعه ورود پیدا کرده است.(۴) در قرآن، اساس سلامت روان بر مبنای خدامحوری است و زندگی دنیا و آخرت انسان را پوشش می‌دهد و انسان‌های سالم در درجاتی متفاوت، با تعابیری چون، صالحان، شهیدان، صدیقان و انبیا مطرح شده‌اند. انبیاء به عنوان مصداق انسان کامل، الگوی سلامت معنوی معرفی شده‌اند. نیز در قرآن، اصطلاحاتی چون رشد، قلب سلیم و نفس مطمئنه در مفهوم سلامت معنوی به کار رفته است و برای هر یک از این مخاطرات، راهکارهای عدالت‌محوری مناسبی مانند ارتقای دانش، دعوت به همبستگی و یکپارچگی اجتماعی، وفای به عهد، تعدیل ثروت، امانتداری، صلح جویی، مبارزه با فساد، دعوت به عمل صالح و مبارزه با تبعیض جنسیتی را معرفی و در نهایت هدف غایی انسان را رشد و کمال و رسیدن به خداوند می‌داند.(همان) ارتباط مورد نظر را می‌توان در حوزه علوم قرآن و حدیث و نیز مبانی فقهی رصد کرد و با مطالعه پیشینه بحث در متون مرتبط و ادله اربعه و بررسی سوابق و نیز پرسشگری از جامعه هدف، به مقصود-که همانا رهیافتی به مفهوم تأثیر رعایت نواهی شرع در سلامت معنوی و آسیب عدم این رعایت به این مقوله است -رسید. در ارتباطی متقابل، حفظ سلامت روانی نیز اثر مثبت بر روی توسعه یک زندگی سالم معنوی دارد. مطالعات فراتحلیلی بالینی و اپیدمیولوژیک نوین به خوبی نشان داده‌اند (۵) که معنویت نه تنها می‌تواند تحت برخی از شرایط به جلوگیری از اختلالات روانی فردی کمک کند؛ بلکه زمینه‌ساز رشد و سلامت فردی و اجتماعی است. می‌توان چنین نتیجه گرفت که پیشوایان اسلام، معیارهایی را به‌طورکلی ارائه می‌دهندکه آدمی را به طرف یک زندگی توام با امنیت روحی و آرامش در دنیا و آخرت هدایت می‌کند و در این راستا از اصول و مبانی قرآن کریم و سنت پیامبر (ص) استفاده کرده و از آنها الهام می‌گیرند. نتایج مطالعات و بررسی‌ها نشان می‌دهد که قرآن مملو از دستورالعمل‌هایی است که به کار بستن آنها نقش مؤثری در کاهش برخی از اختلالات روانی و اجتماعی و نیز بهبود خلقیات و تعدیل هیجانات و در یک کلام ارتقای سلامت معنوی و عمومی دارد(۶).

نکته مهم در ارتباط بین نواهی شرع مقدس و سلامت، درک و پذیرش درونی فرد است. پذیرش نواهی شرع مقدس و ارتباط آن ها با مولفه های سلامت وجودی است که می‌تواند به عنوان منبعی برای کنترل درونی عمل کند.

روش

روش تحقیق برپایه مراجعه به منابع دینی، فقهی و روان‌شناختی معتبر از جمله کتابخانه‌ای، مطالعات میدانی و نظرسنجی‌های فضای مجازی بوده و نتایج یافته‌ها به صورت مدل مفهومی، پایه فرضیه‌ها و سؤال‌های پرسشنامه این پژوهش قرار گرفته و داده‌های مورد نظر در پرسشنامه مذکور از طریق افراد جامعه منتخب، استخراج شده و در انتها داده‌های به‌دست آمده در خصوص ارتباط بین نواهی شرع مقدس با ابعاد سلامت، تحلیل شده است.

جامعه آماری: ۱۸۰ نفر/ حجم نمونه(۱۰ درصد) از جامعه آماری حدود ۱۸۰۰ نفری افراد دانشگاهی

روش نمونه‌گیری: جدول مورگان و روش و ابزار جمع‌آوری اطلاعات: نظرسنجی در فضای مجازی با فرم اختصاصی است.

روایی و پایایی ابزار جمع آوری اطلاعات روش تجزیه و تحلیل داده‌های آماری

سبک زندگی اسلامی، نمره‌ای است که از اجرای پرسشنامه سبک زندگی اسلامی که در سال ۱۳۸۸ توسط محمد کاویانی طراحی شد به‌دست می‌آید. پرسشنامه دارای ۷۸ سؤال و زیر مقیاس‌های «روشنفکری منفی، ویژگی‌های درونی، عبادی، دنیاخواهی، اجتماعی، گنهکاری، نوع‌دوستی، لذت خواهی، کم همتی، ناشناخته» است که از این تعداد ۲۰ سؤال ناظر بر رعایت یا عدم رعایت نواهی شرعی انتخاب شده است.

پایایی

ضریب پایایی در این پرسشنامه ۰/۷۱ است. دامنه ضرایب پایایی بین ۰/۳۲۶ و ۰/۷۴۷ است که قابل قبول است. آلفای کرونباخ برای هر یک از زیر مقیاس‌ها به این شکل است: روشنفکری منفی (۰/۷۴۷)، ویژگی‌های

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

درونی (۰/۵۷۲)، عبادی (۰/۶۸۱)، دنیاخواهی (۰/۶۴۱)، اجتماعی (۰/۵۵۰)، گنه‌کاری (۰/۳۲۶)، نوع‌دوستی (۰/۶۶۴)، لذت‌خواهی (۰/۴۹۲) و کم همتی (۰/۶۰۴).

روایی

برای بررسی روایی سازه، ساختار عاملی آزمون سبک زندگی اسلامی از تحلیل عاملی اکتشافی با روش تحلیلی مؤلفه های اصلی یعنی (principle component) و با چرخشی اوبلیمین (oblimin) بر روی داده‌ها انجام شد، بدین علت از چرخش اوبلیمین استفاده شد که عوامل باهم همبسته هستند (کاویانی، ۱۳۹۲). در صورتی که عوامل همبسته باشند گفته می‌شود که مایل هستند (فرگوسن و تاکانه، ۱۹۸۹، ترجمه دلاور، ۱۳۷۷). برای اطمینان از اینکه حجم نمونه انتخاب شده برای انجام تحلیل عاملی کافی بوده است، ابتدا آزمون کفایت حجم نمونه‌گیری «کیزر - مایرز، اولکین» که به اختصار KMO گفته می شود انجام شد (مولوی، ۱۳۸۶). KMO میان ۰/۹ تا ۱ را عالی و میان ۰/۸ تا ۰/۹ را خوب و میان ۰/۷ تا ۰/۸را مناسب گزارش می‌دهد. در این پرسشنامه KMO برابر است با ۰/۷۳۷ که نشانگر کفایت حجم نمونه انتخاب شده است

با در نظر گرفتن ابزارهای متعدد فرهنگی اثرگذار بر شکل‌گیری انگیزه درونی و خودتعیین‌گری، چنانچه در دنیای مدرن، با تأکید بر ارزشمندی متغیرهای انگیزشی بیرونی، همچون تعداد دفعات دیده شدن در فضای مجازی و بازنشر شدن به عنوان الگوی ارزشمندی، به صورت غیرمستقیم بر مؤلفه‌های بیرونی تأکید شده و فرد به ابزاری برای رضایت دیگران تبدیل می‌شود، در این شرایط پرورش افراد خداباور با ایمان و خودکارآمد که متأثر از هدف اساسی خلقت به تفکر پرداخته و مسیر زندگی خود را تنظیم کنند، نیاز به حرکتی چند بعدی و خواستی عمومی و قدرتمند دارد.

بنابرآنچه گفته شد، در تبیین رابطه نواهی شرع مقدس بر سلامت، اساسی‌ترین تمایز بین انگیزه درونی و بیرونی است و در کنار این دو انگیزه، بی‌انگیزگی مطرح می‌شود. انگیزه درونی به انگیزه‌ای اطلاق می‌شود که فرد را به انجام یک فعالیت در غیاب پاداش یا کنترل سوق می‌دهد، این انگیزه فقط برای لذت و رضایت حاصل از آن فعالیت انجام می‌شود و فرد از فرآیند کار لذت می‌برد. این نوع انگیزه به شدت خود محور است؛ زیرا انجام خود فعالیت است که منجر به ایجاد احساسات مثبت در فرد می‌شود. براساس تئوری خود تعیینی، اگر نیازهای روان‌شناختی در حین انجام یک فعالیت فعال شده و رشد کنند، به‌طور خودبه‌خود احساس رضایت را در افراد ایجاد می‌کنند. انگیزه درونی بر این اساس است که فرد به‌طور مؤثر تعیین‌کننده باشد و تأثیر معناداری بر محیط خود داشته باشد. تحقیقات نشان می‌دهد که انگیزه درونی با نیازهای اساسی روان‌شناختی رابطه مثبت دارد؛ اما رابطه بین انگیزه بیرونی و این نیازها بسیار ضعیف است. به عبارت دیگر، افرادی که حس شایستگی، خودپیروی و تعلق در فعالیت‌ها دارند، انگیزه درونی بالاتری از خود نشان می‌دهند و اگر نیازهای اساسی روان‌شناختی نادیده گرفته شود، انگیزه درونی کاهش می‌یابد و عملکرد به محیط وابسته می‌شود(۷).

یافته‌ها

تعریف نظری

سبک زندگی اسلامی، از آن جهت که «سبک» است، به رفتار می‌پردازد و با شناخت‌ها و عواطف ارتباط مستقیم ندارد، ولی از آن جهت که «اسلامی» است، نمی‌تواند بی‌ارتباط با عواطف و شناخت‌ها باشد. بر این اساس، در سبک زندگی اسلامی، رفتارهای فرد مورد سنجش قرار می‌گیرد؛ اما هر رفتاری که بخواهد مبنای اسلامی داشته باشد، باید حداقل‌هایی از شناخت‌ها و عواطف اسلامی را پشتوانه خود قرار دهد. مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی عبارتند از: اجتماعی، عبادی، روشنفکری منفی، نوع‌دوستی، لذت‌خواهی، کم‌همتی، دنیاخواهی، گنهکاری و ویژگی‌های درونی که در زیر به تعریف هر کدام پرداخته می‌شود:

- **مؤلفه اجتماعی:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را اجتماعی معرفی می‌کند.
مؤلفه عبادی: بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را فردی با رفتارها و اعتقادات عبادی معرفی می‌کند.
- **مؤلفه روشنفکری منفی:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که گویا فرد بیش از آن که تعبد دینی داشته باشد، به باورهای ناصحیح اجتماعی - فرهنگی دل بسته است.
- **مؤلفه نوع‌دوستی:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را نوع دوست معرفی می‌کند.
- **مؤلفه لذت‌خواهی:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را فردی لذت‌خواه معرفی می‌کند.
- مؤلفه کم‌همتی: بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را فردی کم همت و تنبل و کم انگیزه معرفی می‌کند.
- **مؤلفه دنیاخواهی:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به‌دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را فردی دنیاطلب معرفی می‌کند.

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

- **مؤلفه گنهکاری:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را فردی گناهکار معرفی می‌کند.
- **مؤلفه ویژگی‌های درونی:** بخشی از آزمون سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه) است که پس از تحلیل عاملی به دست آمده است و وجه مشترک پرسش‌های آن، این است که آزمودنی را فردی با باورها، اخلاق، تفکر و علم، زمان‌شناسی مثبت معرفی می‌کند (۸).

وضعیت پاسخ‌دهندگان در جدول دموگرافیک، ۵۱/۶ درصد مرد و ۴۶/۷ درصد زن بودند، ۷۳/۳ مجرد، ۲۶/۷ متاهل . از حیث مدرک تحصیلی: ۲۵ درصد در دوره کاردانی و کارشناسی، ۵۱/۱ درصد ارشد و ۲۲/۸ دوره دکتری، از نظر اشتغال ۳۰ درصد شاغل، ۳۱/۲ غیرشاغل و ۳۷/۲ دانشجو و از نظر سنی: ۵۳/۳ درصد ۱۹ تا ۲۶ سال، ۳۶/۱ درصد ۲۷ تا ۳۳ سال، ۶/۱ درصد ۳۳ تا ۴۰ سال و ۴/۵ درصد بالای چهل سال سن داشتند. این آمار نشان می دهد اکثر شرکت‌کنندگان ما با سطح سواد کارشناسی ارشد به بالا و در سنین ۱۹ تا ۳۳ سال و نیز غیر شاغل هستند.

از بین سؤالات فرم استاندارد سبک زندگی کاویانی، ۲۰ پرسش که بیشترین سنخیت را با موضوع تحقیق داشت انتخاب و براساس یک مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق نمره‌گذاری شد که خروجی این فرم نشان می‌دهد در سبک زندگی افراد توجه به نواهی شرعی با سطح بالایی از التزام شرعی همراه است؛ اما شدت و ضعف دارد و این شدت و ضعف بیشتر وابسته به سیره مسئولان و متولیان امر حکومت در التزام عملی به نواهی شرع است.

ادبیات تحقیق

از منظر انسان‌شناسی اسلامی وجود انسان علاوه بر جسم و کینونت ملکی، شامل نفس انسانی و کینونت ملکوتی نیز می باشد که انسانیت انسان بدان معناست. ملکوت هر فرد انسانی حقیقت و باطن اوست و به هر میزان وجه ملکوتی فرد برتر از وجه ملکی او باشد، به همان میزان با عالم معنی هم‌آهنگ‌تر و با معنای عالم هم افق‌تر خواهد شد. رهایی آدمی از قیود عالم ملک سبب فزونی سلامت قلب و کاهش سقامت قلب و در نتیجه موجب ارتقای وجه ملکوتی نفس می شود که از این فرایند به حصول سلامت معنوی تعبیر می شود. برخورداری از بینش متعالی و آراستگی به منش نیکو و التزام به کنش یا رفتار صالح تأمین‌کننده سلامت معنوی و شخصیت حقیقی و هویت آدمی بوده و هویت آدمی را می‌سازد و سعادت و شقاوت ابدی را در پی خواهد داشت. یاد مرگ و معاد منجر به تغییر رفتارهای درونی و بیرونی انسان شده و سلامت معنوی را ارتقا می‌بخشد.(۱۹)

نهی شرعی در قرآن کریم: در قرآن کریم آیاتی وجود دارد که ناظر به احکام شرعی و فقهی است، این آیات شریفه در اصطلاح به «آیات‌الأحکام» معروف هستند. آیات زیر از این قسم بوده و در محدوده نواهی شرع مقدس قرار دارند، در پاره ای از آیات «پرهیز» در بعضی از آنها «اجتناب» و در تعدادی از آنها «منع»، آمده است.

پرهیز به معنای تحفظ (یعنی خودداری و خویشتن‌داری و نگاه‌داری خود از ... و مراقبت بر ...) ؛ وَحِفظا مِّن کُلِّ شَیطَان مَّارِد(صافات /۷)

اجتناب یعنی فرمان خداوند به قرارگرفتن در فاصله و ناحیه‌ای از آن و تصریح به نهی پس از بیان مفسده (در خمر و...) صاحبان تفسیر در خصوص«تجتنبوا» گفته‌اند: اجتناب یعنی ترک فعل یا چیزی با پهلو خالی کردن از آن (۹)

منع در قرآن به معنای بازداشتن و متضادِ عطا کردن است.

برای نیل به سلامت معنوی سه ساحت ذیل باید حضور داشته باشد:

بینشی ـ نگرشی: ساحت سلبی: سلامت از شک و شرک در نظام اعتقادی و باورها و در ساحت ایجابی یقین در طرز فکر، حکمت نظری، جهان‌بینی و باورها؛

گرایشی ـ منشی: ساحت سلبی: سلامت از شهوت شهرت، قدرت و ثروت در نظام اخلاقی و ارزش ها و در ساحت ایجابی: تعدیل طبیعت و غرایز بر اساس فطرت توحیدی نه تعطیل غرایز؛

کنشی ـ روشی: ساحت سلبی: سلامت از لغزش و خطا در نظام عملی و رفتاری و در ساحت ایجابی: مصونیت نسبی در خبط فعلی و خطای عملی (۲۰).

مصادیق این نواهی عبارتند از:

- پرهیز از شرک، زشتی، شرب خمر، پیروی از شیطان، پیروی از هوا و هوس، رباخواری، ظلم و ستم، مال حرام، تصرف مال یتیم، قتل نفس.
- اجتناب از گناه، اختلاف، اذیت و آزار، استهزاء و القاب بد، افتراء، بخل، بغض، تبعیض، تحقیر، تجسس، تفاخر، تکبر، خیانت، دشمنی، دروغ، دشنام، ریاکاری، عیب‌جویی، منت‌گذاری.
- منع از غم و اندوه، ظلم‌پذیری، دل سپردن به مال و مقام، بیهودگی، بطالت عمر، آسیب زدن به بدن، تقلب در کیل و ترازو، همجنس‌بازی، زنا، لواط، ازدواج با محارم، نگاه حرام، قمار، اسراف و تبذیر.

مصادیق مذکور از قرآن و تفاسیر موجود، احصا و در این مقاله از هر نهی، موردی به عنوان نمونه ذکر می‌شود:

پرهیز از شرک

لقمان به فرزند خویش پند می‌داد و می‌گفت: پسرکم به خدا شرک مورز که شرک، همانا ستمی بزرگ است (لقمان/۱۳)

تفسیر: عظمت هر عملی به عظمت اثر آن است، و عظمت معصیت به عظمت کسی است که نافرمانی‌اش می‌شود، چون که مؤاخذه عظیم نیز عظیم است، بنا بر این بزرگترین گناهان و نافرمانی‌ها نافرمانی خدا است، چون عظمت کبریایی همه از او است، و فوق هر عظمت و کبریایی است، چون خدایی است

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

بی‌شریک، و بزرگترین نافرمانی‌های او این است که برایش شریک قائل شوی «إِنَّ ٱلشِّرۡكَ لَظُلۡمٌ عَظِيمٌ» در این جمله عظمت شرک را مقید به قیدی با مقایسه با سایر گناهان نکرد، تا بفهماند که عظمت ظلم شرک آن قدر است که با هیچ گناه دیگری قابل قیاس نیست. (۱۰)

اجتناب از گناه

ای کسانی که ایمان آوردید مقتضای ایمان این است که شعائر خدای و چهار ماه حرام را حلال مشمارید و نیز کشتن و خوردن قربانی‌های بی‌نشان مردم و قربانی‌های نشان‌دار آنان را حلال ندانید، و متعرض کسانی که به امید فضل و خوشنودی خدا، راه بیت الحرام را پیش گرفته‌اند نشوید و هرگاه از احرام در آمدید می‌توانید شکار کنید و دشمنی و کینه کسانی که نگذاشتند به مسجدالحرام درآیید شما را وادار به تعدی نکند، یکدیگر را در کار نیک و در تقوا یاری کنید، و در گناه و دشمنی به یکدیگر کمک مکنید و از خدا پروا کنید، که خدا شدید العقاب است/مائده ۲

تفسیر: خداوند متعال، به تفصیل احکام، پرداخته، می‌فرماید: یا أَيُّهَا ٱلَّذِينَ آمَنُوا لا تُحِلُّوا شَعائِرَ ٱللَّهِ: ای مردمی که خدا و رسولش را تصدیق می‌کنید، شعائر خدا را حلال مشمارید شعائر خدا چیست؟ ۱- عطا و برخی گویند: یعنی حرام‌های خدا را حلال مشمارید و از حدود خدا تجاوز نکنید. اینان «شعائر» را بر «معالم» حمل کرده و گفته‌اند: مقصود این است که نباید از نشانه‌های حدود و امر و نهی و فرائض خدا تجاوز کنند. ۲- بنا به روایت دیگر از ابن عباس: یعنی آنچه خداوند در حال احرام، بر شما حرام کرده، حلال شمارید. (۱۱)

منع از تقلب در کیل و ترازو

و به هنگامی که پیمانه می‌کنید حق پیمانه را ادا نمایید و با ترازوی درست وزن کنید این برای شما بهتر و عاقبتش نیکوتر است/اسرا۳۵

تفسیر: کلمه «قسطاس» را مرکب از «قسط» که به معنای عدالت است و «طاس» که به معنای کفه ترازو دانسته‌اند و «قسطاس مستقیم» به معنای ترازوی عدل است که هرگز در وزن خیانت نمی‌کند. کلمه «خیر» به معنای چیزی است که وقتی امر دایر شد بین آن و یک چیز دیگر آدمی باید آن را اختیار کند، و کلمه «تاویل» هر چیز به معنای حقیقتی است که امر آن چیز بدان منتهی شود و اینکه می‌فرماید: ایفا کیل و وزن و دادن آن به قسطاس مستقیم بهتر است، برای این است که اولا کم‌فروشی یک نوع دزدی ناجوانمردانه است و ثانیاً وثوق و اطمینان را بهتر جلب می‌کند. و «أَحْسَنُ تَأْوِيلاً» بودن این دو عمل از این جهت است که اگر مردم این دو وظیفه را عمل کنند، کم نفروشند و زیاد نخرند رشد و استقامت در تقدیر معیشت را رعایت کرده‌اند، (۱۲)

بحث روان‌شناختی

سلامت معنوی وضعیتی است که در دو بعد ایجابی به یقین در بینش، گرایش و کنش در راستای تقرب وجودی به حق تعالی و تخلق به اخلاق الهی و در بعد سلبی به تنزه از شک و شرک اعتقادی، تعدیلِ قوای طبیعی و غریزی و اصالت بخشی به فطرت در بعد ایجابی و نزاهت از شهوت شهرت و قدرت و ثروت در بعد سلبی، مصونیت نسبی در خبطِ فعلی و خطایِ عملی در ساحت ایجابی و سلامتِ از لغزش و خطای در نظام عملی و رفتاری در ساحت سلبی مطرح خواهد بود تا علاوه بر سعادت اخروی، آرامش پویا و پایا، امید معقول و واقع گرایانه، نشاط روحی و جسمی، رضایت از زیست همه جانبه مادی و معنوی و در مجموع حیات طیبه را برای انسان رقم زده و محقق کند.

بنابراین سلامت معنوی اولا و بالذات مربوط به عقل صائب، قلب سلیم، خلق صادق و عمل صالح و ثانیا و بالعرض مربوط به کنشگری‌های فردی و اجتماع است. که در پرتو تربیت معنوی با روش رفعی(پیشگیرانه) و دفعی(درمانگرانه) قابلیت تحقق و تجلی دارد و بایسته است از زمینه‌های دیگر سلامت مانند سلامت مزاج جسمانی و روحانی برخوردار باشد، زیرا سلامت معنوی و درونی با سلامت جسمانی و بیرونی در ترابط و تعامل دایمی هستند. از این‌رو لازم است مبانی سلوکی سلامت معنوی معطوف به مبانی هستی‌شناختی، انسان‌شناختی، معرفت شناختی و غایت شناختی مد نظر قرار گیرد تا تمهیدات لازم و کافی برای نیل به اهدافی مانند دستیابی همه‌جانبه به سلامت در پرتو سلامت معنوی، سلامت عاطفی، سلامت روانی و سلامت اجتماعی فراهم شود.(۲۰)

معنی امری است که در ورای الفاظ و عبارات قرار دارد و الفاظ و عبارات از آن حکایت می‌کند. از این‌رو معنا به موقعیتی اشاره دارد که دست‌کم شامل دولایه باشد: یکی ظاهر که حکایتگر است و دیگری باطن که محکی است. به عنوان مثال، هنگامی که از متنی معنادار سخن می‌گوییم به متنی اشاره می‌کنیم که کلمات و عباراتش به حقایقی در جهان عینی و خارجی یا حقایق ذهنی در روان نویسنده اشاره داشته باشد. اگر مکتوبی از عهده چنین ارتباطی بر نیاید بی‌معنا تلقی خواهد شد. علت این امر آن است که هرگونه بیانی، ابزاری است برای دلالت بر حقیقتی اساسی‌تر که مدلول آن به حساب می‌آید. شبیه همین رابطه میان یک عمل و معنای آن وجود دارد. در علوم اجتماعی سخن از رفتار معنادار است و مقصود از آن عملی است که برای رسیدن به مقصود و هدفی خاص، از فاعل سر میزند، به گونه ای که اگر چنین هدفی در کار نباشد عملی بی‌معنا و احمقانه تلقی می‌شود.(۱۳)

نیاز به دین و نقش مثبت آن در بهداشت و سلامت فرد و جامعه از نگاه برخی از روان شناسان غربی نیز مخفی نمانده است. یونگ معتقد است که دین به انسان آرامش و به وجودش معنا می بخشد و راه‌های تحمّل مشکلات را به وی می‌آموزد.(۱۴) او در جای دیگر می‌گوید: انسان

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

فطرتاً جویای سعادت خویش است و از فکر یک آینده شوم لرزه به اندامش می‌افتد و سخت دچار دلهره و اضطراب می‌شود. ایمان مذهبی به حکم اینکه به انسان اعتماد و اطمینان می‌بخشد، دلهره و نگرانی نسبت به رفتار جهان را در برابر انسان زایل می‌سازد و به او آرامش خاطر می‌دهد(۱۵).

افرادی که زندگی معنوی فعالی دارند از نظر ذهنی سالم‌تر هستند. این افراد تمایل دارند خودشان را دوست داشتنی و شایسته ببینند و می‌توانند خدا را در زندگیشان بیابند که آنها را هدایت می‌کند و زمانی که نیاز دارند آنها را حمایت می‌کند(۱۶) در این زمینه است که شناسایی مصادیق واجبات و محرمات در خودکنترلی و سلامت فرد نقش بسزایی خواهد داشت. آدمی با عدم انجام مصادیق نواهی شرع مقدس علی‌رغم غفلت‌پذیری فطرت و زمینه زیستی تمایل به برخی مصادیق، با یادآوری حضور خداوند در زندگی خویش و حمایت و هدایت توسط وی به خودباروی و رضایت فردی نایل شده، تصویر مطلوبی از خویشتن خویش ایجاد می‌کند. بنابراین نیازهای فیزیولوژیک، روانی، اجتماعی و معنوی باعث ایجاد انگیزه‌هایی می‌شود که در خدمت زندگی، رشد و سلامت فرد است(۱۷).

وجودگرایی یا درمان وجودی نوعی روش فلسفی بر درمان است که بر این باور عمل می‌کند که کشمکش درونی در درون یک فرد ناشی از مواجهه اشخاص با مفروضات مسلمی از هستی است.این مفروضات، عبارت‌اند از: غیرقابل اجتناب بودن مرگ، آزادی و مسئولیت همراه با آن، انزوای وجودی و در نهایت بی‌معنایی. این چهار مفروض، که همچنین به عنوان دلواپسی‌های غایی نیز به آن‌ها اشاره شده، بدنه «درمان وجودی» را تشکیل داده و چارچوبی را در فهم مشکل مراجع برای درمانگر و در راستای بسط یک رویه درمانی ایجاد می‌کنند.

درمان وجودی که با نام‌های روان‌شناسی (روان‌درمانی) اگزیستانسیال یا هستی گرایانه نیز شناخته می‌شود، رویکردی پویا یا پویه‌نگر است و بر دلواپسی‌هایی تمرکز می‌کند که در هستی انسان ریشه دارند؛ لذا روان پویه‌شناسی هر فرد شامل نیروها، انگیزه‌ها و ترس‌های ناخودآگاه و خودآگاهی است که در درونش به کنش مشغول‌اند. روان درمانی‌های پویه‌نگر، درمان‌هایی براساس مدلی پویای از کارکرد روانی هستند. اکتشاف عمیق از چشم‌انداز درمانگر اگزیستانسیال، روییدن و کنار زدن دلواپسی‌های روزمره و تفکر عمیق فرد درباره موقعیت است.

نتیجه‌گیری

طی تاریخ بشر و فعالیت‌های آدمی در تحقق هدف آرمانیِ نیل به سعادت و سلامت فردی و اجتماعی، دستیابی به علوم مختلف و نگرش علمی، مسیری پیچیده سپری کرد و در همین راستا دین از پذیرش، تقابل، بلاتکلیفی و در دنیای امروز پذیرفته شدن با استناد به یافته‌های دارای پشتوانه تجربی گذر کرده است.

در تبیین رفتار بشر نظریات مختلف تأکید می‌کنند که از بدو تولد براساس نیازهای اولیه، فطری و فیزیولوژیک و در مسیر زندگی و تعامل با اجتماع، نیازها اجتماعی و روانی ما را به عمل وادار می کند. معنای زندگی بر مبنای آزادی، اراده، معناجویی نیروی محرک اصلی را برای عملکرد فراهم کرده و مسیر زندگی را از تولد تا پذیرش مرگ و پایان زندگی تدوین می‌کند. در طول عمر ـ فرصت بین تولد تا مرگ این انسان است که باید با خودآگاهی و خودکنترلی، سرنوشت خویش را تعیین کرده و با تنظیم مسیری کارآمد علاوه بر رفع نیازهای فردی، نقش مؤثری در اجتماع پذیرفته و در تعامل سازنده خود با دنیا، دیگران و خداوند با امید و اطمینان حرکت کند. براساس تفکر وجودگرایان، پاسخ به سؤالات وجودی همچون تنهایی، رنج، پوچی، آزادی و مرگ فرصت مدیریت و ایجاد مسیری کارآمد برای زندگی را فراهم می‌کند. پذیرفتن مرزهایی به عنوان خط مشی زندگی در قالب بایدها و نبایدهای کارآمد، این فرصت را فراهم می‌کند تا با تدوین سبک زندگی کارآمد با پیش‌بینی نیازها و نحوه مطلوب ارضای آنها گام برداریم. نظریات روان‌شناختی مرتبط با عاملیت انسانی، خودکارآمدی و تعیین سرنوشت براساس معنای زندگی، هم تحت تأثیر محیط و هم اراده فردی را در نظر گرفته، فرصت اثربخشی بر محیط و حوادث زندگی را فراهم می‌کنند. از نظر اسلام، انسان فطرتا دارای دو نیروست. یکی از این نیروها جنبه انسانی دارد و می تواند فرد را به کمال و ترقی برساند و نیروی دیگر حیوانی است و می‌تواند موجب لغزش و خطا در انسان شود. انسان سالم از دیدگاه اسلام، فردی است که نیروی انسانی او بر نیروی حیوانی‌اش غلبه داشته باشد. انسان سالم دارای جنبه ادراکی بسیار قوی است، که با جنبه ادراکی موجودات دیگر متفاوت است. او در سایه این ادراک و تفکر و به یاری نیروی تعقل به شناخت عقلانی از محیط پیرامونی خود نایل می‌شود. احکام و فرامین مذهبی ممکن است بر دو شکل بر سلامت اثر بگذارد: رفتارهای فردی را شکل دهد و نگرش نسبت به دیگران را تغییر دهد(به عنوان مثال منجر به گرمی و دوستی بین افراد شود) همچنین می‌تواند سلامت کلی را با تشویق رفتارهای سالم و انذار رفتارهای ناسالم، بهبود بخشد(رفتاری چون رعایت مقررات زندگی فردی مانند رژیم غذایی، امور جنسی، امور اقتصادی، مصرف مواد اعتیاد آور و...و نیز زندگی اجتماعی)که رفتار سالم اغلب می‌تواند به بهبود سلامت جسمی، بهبود کلی رفاه و سلامت روانی کمک کند. در مقابل حفظ سلامت روانی نیز دارای اثر مثبت در توسعه یک زندگی سالم معنوی می‌باشد. تعدادی از مطالعات بالینی و اپیدمیولوژیک به خوبی نشان داده‌اند که معنویت می‌تواند تحت برخی از شرایط به جلوگیری از افسردگی، اضطراب و سایر اختلالات کمک کند.

می‌توان چنین نتیجه گرفت که معنویت یکی از نیازهای درونی انسان

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

و بخش جدایی ناپذیر از اخلاق و ارزش‌های انسانی است کـه در قلـب‌هـا، ذهن‌ها و آیین‌ها، به ویژه در آیین‌های مذهبی وجود دارد. به این ترتیب با نگرشی جامع و کل‌نگر، تأثیر دین و به‌خصوص با توجه به هدف پـژوهش حاضر، تبعیت از مصادیق نواهی شرع مقدس_ کـه همگـی یـا در جهـت پیشگیری از آسیب فردی و اجتماعی و یـا زمینـه سـازی رشـد فـردی و اجتماعی- ارسال شده در جهت حفظ سلامت جسمی، روانـی، معنـوی و اجتماعی مشهود است.

روشن است که دین در قالب بایدها و نبایدها، واجبات و محرمـات، مسیر عملی و اجرایی کاملی در اختیار بشر قرار می‌دهد تا بـا اراده آزاد و انتخاب براساس فلسفه و معنای زندگی خود، با توجه به غفلت‌پـذیری فطرت و گستره وسیع میل و نیاز بشـری کـه قابلیـت ایجـاد آسـیب و تنوع‌طلبی را دارد، چارچوب کارآمدی تدوین و زندگی خـود را هـدایت کند. اخلاقیات دارای مرزهای ثابت و مصادیق مختلف است. اینجاسـت که نواهی دین شامل پرهیز (از شرک، زشـتی، شـرب خمـر، پیـروی از شیطان، پیروی از هوا و هوس، رباخواری، ظلم و ستم، مال حرام، تصرف مال یتیم، قتل نفس). به عنوان مرزهای تدوین چارچوب عملکرد سـالم علمی می‌کند. اجتناب (از گناه، اختلاف، اذیت و آزار، اسـتهزاء و القـاب بد، افتراء، بخل، بغض، تبعیض، تحقیر، تجسس، تفاخر، تکبـر، خیانـت، دشمنی، دروغ، دشنام، ریاکاری، عیب‌جویی، منت‌گذاری) و منع (از غم و اندوه، ظلم‌پذیری، دل سپردن به مال و مقام، بیهودگی، بطالت عمـر، آسیب زدن به بدن، تقلب در کیل و ترازو، همجـنس بـازی، زنـا، لـواط، ازدواج با محارم، نگاه حرام، قمار، اسراف و تبذیر) در رفتار بسته به تأثیر پذیرش و اجرای این نواهی در فرد مطرح می‌شود و گاهی متناسـب بـا پیامدهای آنها با پذیرشِ وظیفه آدمی در هستی و در چرخـه طبیعـت، پرواضح است. آنچه به عنوان چالش در اثربخشـی رعایـت نـواهی شـرع مقدس در سلامت روان مطرح است، نحوه آمـوزش، پـذیرش و اجرایـی کردن آن است و دین در تناسب با فطرت و میل به پرستش از یکسـو و کاربرد آن در تدوین سبک زندگی سالم نقش بسزایی دارد، آنجا کـه در تعلیم رفتار اسلامی، تعصب، استفاده ابزاری، الزام و اجبار، بدون آموزش و باور فلسفه کاربردی آن پا به عرصه می‌گذارد، اثر بخشی آن با چـالش مواجه می‌شود.

سبک زندگی با تمام زندگی افراد و ابعاد آن، هـم در سـطح عملـی و روان‌شناسی و هم در دیدگاه دینی و حوزه‌های علمیه و نیز در سطوح توده مردم، مرتبط و منشأ اثر است. شاخص‌های شناخت شده و متعارف سبک زندگی عبارتند از: فعالیت‌های فیزیکی، اوقات فراغت، خـواب و بیـداری و روابط اجتماعی، روابط خانوادگی، معنویت، ایمنی و آرامش، تغذیه و ... که هرکدام به منزله بزرگراهی از راه‌های زندگی افراد محسوب می‌شوند. نظریه سبک زندگی دینی باید برای هر کدام از این موارد الگویی معرفی نماید که دارای شرایطی می‌باشد:

- مورد تأیید دین باشد؛
- با یافته‌های علمی هماهنگ باشد؛
- دنیا و آخرت ار در کنار هم ملاحظه کند؛
- هیچکدام از ابعاد مادی و معنوی انسان را مورد غفلت قرار ندهد؛
- یکپارچگی بین گذشته و حال و آینده فرد را تضمین کند؛
- تعیین هدف کند و به هدف نهایی انسان توجه کند؛
- فرایند شکل‌گیری سبک زندگی و به‌کارگیری یافته‌های علوم انسـانی به ویژه روان‌شناسی را مورد تأکید قرار دهد؛
- با فطرت انسانی تطابق داشته باشد؛
- بتواند زندگی ماشینی و تکنولوژیک قرن بیست و یکم را پوشش دهد.

در نظرسنجی این پـژوهش کـه بـر پایـه سـؤالات منتخـب از پرسشنامه سبک زندگی اسـلامی صـورت گرفتـه اسـت میـانگین نمرات جمعی نشان می‌دهد توجه به نواهی شرعی و رعایت آن از سطح قابل قبولی در بین جامعه هـدف برخـوردار اسـت و درصـد فراوانی حد نمرات نشان می دهد در پاره‌ای از موارد نواهی شرعی به‌خوبی برای جامعه هدف تبیین نشده است یا نسـبت بـه تبلیـغِ توجه دادن با آنها با الگوسازی و باور پـذیرکردن، کوتـاهی شـده است (به ترتیب مواردی از قبیل: پوشش مذهبی و حوزه عفاف و حجاب، گناهان زبانی مانند: دروغ، غیبت، تمسـخر، منـت‌گـذاری و...؛ ارتباط با جنس مخالف و توجه به حلال و حرام در کسب مال کمترین نمره‌ها را در التزام به شرع و رعایت نواهی دارند) مجموع این نتایج ما را به این معنی رهنمون می‌کند که هر جا که رعایت نواهی شرعی در جامعه نهادینه شده و برای آنها الگوسازی شـده است، توجه و التزام به آنها بیشتر و هرچه در الگوسازی و نهادینه کردن رعایت نواهی توسط امرای جامعه قصور شده، رعایت آن در جامعه هدف کم‌رنگ‌تر است. در بررسی پاسخ‌های فـرم پـژوهش، بالاترین نمره میانگین جمعی ۴/۷ بـا موضـوع رضـایت خداونـد و بالاترین درصد حد نمرات ۷/۲ با موضوع ۱- بی‌توجهی به احکـام اقتصادی اسلام ۲- بی توجهی نسبت به رواج زشتی‌ها در جامعه، را شامل می‌شود که نشان می‌دهد به‌رغم بی‌توجهی در بعضـی از حوزه‌ها، کسب رضایت خداوند همچنان دغدغه اصلی است. در این بررسی نیز مشخص شد که پایین‌ترین نمـره میـانگین جمعـی بـا نمره ۱/۵۶ به گناهان زبانی اختصاص دارد و پایین‌ترین حد نمرات با ۱/۱ به عمل به قوانین در برخورد با خانواده، که بیانگر این است که قبح گناهان زبانی بین افراد کمتر از سایر گناهـان و احسـاس مسئولیت در عمل به قوانین اسـلامی در برخوردهـای خـانوادگی کمتر است. (برای مطالعه بیشـتر رجـوع شـود بـه سـبک زنـدگی اسلامی و ابزار سنجش آن، نوشـته حجـت‌الاسـلام دکتـر محمـد کاویانی، (۱۳۹۱) پژوهشگاه حوزه و دانشگاه).

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

منابع

1. Masoud Nia I. Medical Sociology. 3rd ed. Tehran: Tehran University Publications; 2016. [In Persian]
2. Sharbatian MH. Investigating social health indicators of Ferdous women. Scientific Quarterly of Khorasan Cultural and Social Studies 2018; 14(1): 23-47. [In Persian]
3. Bakhtiari N, Beshardoust S. The relationship between quality of life and depression with the mediating role of existential health of employees in Tehran during the outbreak of the Corona virus. Journal of Psychology New Ideas 2022; 10(14): 1-8. [In Persian]
4. Habibi F, Amirianzadeh M. Explanation of human physical, mental and social health from the perspective of the Quran. International conference on interdisciplinary studies of the Holy Quran. March 2015; Tehran: Shahid Beheshti University; 2015. [In Persian]
5. Hosseini F. Investigating the level of social health and the factors affecting it in the students of the Faculty of Social Sciences of Allameh Tabatabai University in 2007- 2018. Master's Thesis, Tehran: Allameh Tabatabai University; 2018. [In Persian]
6. Janbozorgi M. Multidimensional spiritual therapy. Tehran: Research Institute of Hoza and University; 2019. [In Persian]
7. Robbins S. Organizational Behavior Management. Translated by Farzad Omid Varan. Tehran: Mehraban Book Institute; 2005. [In Persian]
8. Kaviani M. Islamic lifestyle and it's measuring tools. Qom: Research Institute of Hawzeh and University; 2019. [In Persian]
9. Tusi M. Al-Tibyan fi tafsir al-Qur'an. Beirut: Dar Ihya al-Turath al-Arabi; 1943. Vol. 4 p. 17.
10. Tabarsi H. Majma' al-Bayan fi-Tafsir al-Qur'an. Translated by Mohammad Bistoni. Tehran: Farahani; 2004. Vol. 9 p. 78. [In Persian]
11. Tabatabai MH. Al-Mizan fi Tafsir al-Quran. Translated by Seyyed Mohammad Baqir Mousavi Hamedani. Qom: Seminary Scholar's Community: 1995. Vol.4 p. 546. [In Persian]
12. Schultz DP, Schultz SE. Theories of Personality. Translated by Yahya Seyyed Mohammadi. Tehran: Arasbaran; 2016. [In Persian]
13. Jung CG. The undiscovered self. Translated by Mehdi Ghaeni. Tehran: Jami; 2013. [In Persian]
14. Karaś D, Cieciuch J. Polish adaptation of Carol Ryff's Psychological Well-Being Scales. Annals of Psychology 2018; 20(4): 837-853.
15. Feri R, Soemantri D, Jusuf A. The relationship between autonomous motivation and autonomy support in medical students' academic achievement. Int J Med Educ 2016; 7: 417-423.
16. Orang S, Hashemi Razini H, Ramshini M, Orang T. Investigating the Meaning of Life and Psychological Well-being, in Youth, Adults, and Elderly (A Comparative Study of Three Age Groups). Salmand: Iranian Journal of Ageing 2018; 13(2):182-197. [In Persian]
17. Nejat H, Irvani M. (2008). The concept of mental health in psychology. Journal of Fundamentals of Mental Health 2008; 11(3): 160-166. [In Persian]
18. Introduction to spiritual health for higher education. Iran J Cult Health Promot 2023; 6(4): 728. [In Persian]
19. Ahmadi F, Asadi asl A, Esmaeelzade A. The Result of the Effect of Remembrance of Death and Resurrection on the Spiritual Health of Human in the Field of Action, from the Perspective of Al-Ṣaḥīfa Al-Sajjādīyya. Iran J Cult Health Promot 2023; 7(1): 130-137. [In Persian]
20. Roodgar M. Spiritual Conduct Foundations of Spiritual Health. Iran J Cult Health Promot 2022; 6(2): 265-273. [In Persian]
21. Sajjadi Jazi. Conceptualization and Explanation of the Term Spiritual Health. Iran J Cult Health Promot 2021; 4(3): 236-239. [In Persian]
22. Isamorad A, Nafar Z, Fatemi F. Spirtual Health and its Role in Preparation of a Model for Prevention, Intervention and CrisesManagement. Iran J Cult Health Promot 2021; 5(1): 97-107. [In Persian]
23. Abbaszadeh M, Rashad AA. A View to the Religious and Anthropological Principles and some Indicators of Spiritual Health. Iran J Cult Health Promot 2021; 4(3): 240-246. [In Persian]
24. Mohagheghi MA, Tabrizchi N, Khyamzadeh M, Tabatabaeifar SM, Sajjadi Jazi J, Ghasemzadeh N, et al . The Mission of Professors in the Moral and Spiritual Training of Studentsin Higher Health Education: Case Study of Social Crises and Events and other Unusual Conditions. Iran J Cult Health Promot 2022; 6(3): 378-387. [In Persian]

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]

Original

Investigating the Relationship between the Holy Shariah Prohibitions and Health Dimensions with an Emphasis on Spiritual Health

Nikzad Isazadeh[1*], Reza Mohammad Salehi[2], Nasrin Jafari Kadijani[3]

1. ⁎**Corresponding Author:** Associate Professor of Research Center of Quran, Hadith and Medicine, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran, nikzadiesazadeh@gmail.com
2. Master of theology, jurisprudence and fundamentals of law and Persian language and literature, University of Tehran
3. Psychologist, Assistant Professor, North Tehran Islamic Azad University

Abstract

Background: Via presenting commands and prohibitions and with a multidimensional attitude, Islam provides a tool for self-control and self-determination by the individual in addition to creating a meaning of life for the individual as a purposeful being. Man lives in a structure related to God, himself, the world and others, and accepts responsibility for these dimensions. In addition to the importance of satisfying individual needs and personal growth and development, man also considers himself responsible for the society and existence. Thus, in every moment of his life, he equips himself with an executive order to create an efficient, logical and rational path to achieve happiness and perfection with a deep attitude and predicting his performance and its effect. The aim of this research is to examine the relationship between the religious rules of the holy Shariah and aspects of health, with an emphasis on spiritual health.

Methods: The study method is combined, library and field.

Results: The average collective scores show that attention to and observance of Sharia rules have an acceptable level among the target community. The highest collective average score of 4.7 was related to the subject of God's satisfaction.

Conclusion: This study showed that wherever Sharia areas are established in the society and a model has been set for them, attention and commitment to the rules has increased. In contrast, when leaders of the society fail to model and promote Sharia rules, their observance in the target society is less palatable. Upbringing, belonging to the mind and accepting the orders of religion, as a framework in creating a source of internal control, guides the person's performance and brings peace and satisfaction to him. The result of these discussions leads us to the positive effect of observing the Sharia rules on the existential health, especially the spiritual health of individuals.

Keywords: Islam, Personal Satisfaction, Self-Control, Spiritual Health, Spirituality

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-17]

[DOI: 10.22034/7.2.21]