



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ خدایت بخشایند و بهرمان

السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا أَبَا عَبْدِ اللَّهِ السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا ابْنَ

شیرین بر تو ای ابا عبد الله شریک بر تو ای فرزندان

رَسُولِ اللَّهِ السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا خَيْرَ رِجَالِ اللَّهِ وَابْنَ خَيْرَتِهِ

رسول خدا شریک بر تو ای برگزیده خدا و طرفدار برگزیده او

السَّلَامُ عَلَيْكَ يَا ابْنَ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ وَابْنَ سَيِّدِ

شیرین بر تو ای فرزندان امیرالمؤمنین و طرفدار سید



# شورای تبدیل و ریسک زندگی اسلامی

تهیه و تنظیم:



پیرامودی  
ارتادیار دانشگاه علوم پزشکی

■ سنت عزاداری در میان همه اقوام بشری به اشکال گوناگون وجود داشته و دارد؛ اما عزاداری برای امام حسین(ع) در میان مسلمانان و به ویژه شیعیان از خصوصیتی برخوردارست که از دیگر سنت های عزاداری متمایز می شود

■ شگفت این که عزاداری برای دیگر امامان معصوم(ع) به این شکلی نیست که برای امام حسین(ع) انجام می گیرد؛ و شگفت تر آن که خود امامان(ع) ، پیامبران و بلکه خدا و فرشتگان مقرب موجب این تمایز و ویژگی شده اند



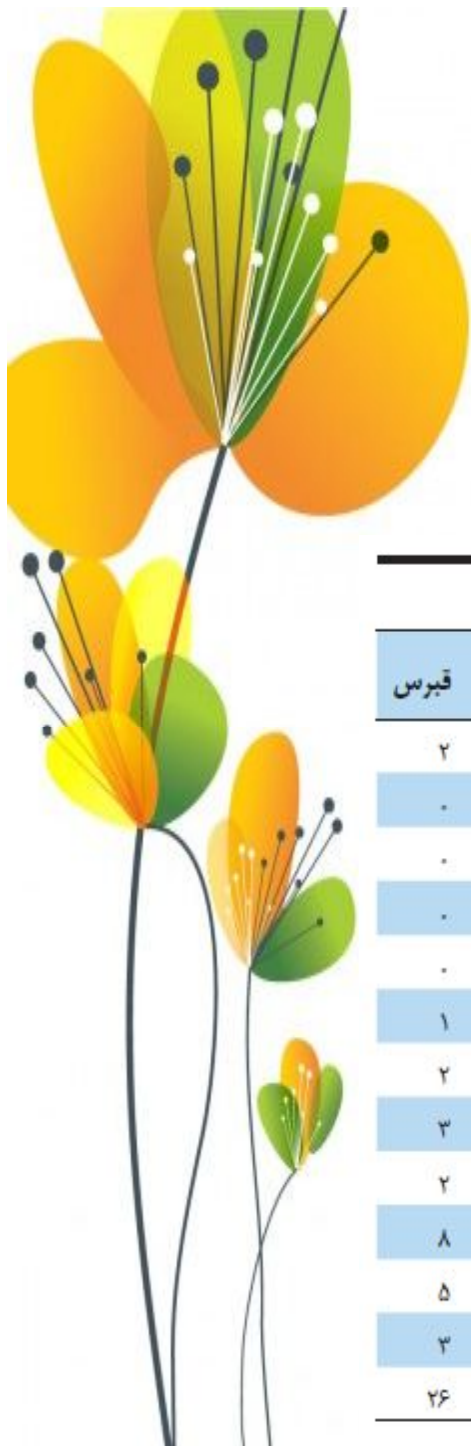
❁ نقش امام حسین(ع) در احیای دین اسلام و اصلاح امت اسلام

❁ امام حسین(ع) با شهادت خود و یاران و نیز اسارت خویشان، زنان و کودکان، پیام جاودانه ای برای امت اسلام و بلکه جهانیان فرستاد تا شیوه درست زندگی در جامعه را بشناسند و سبک زندگی خود در جامعه را بر مدار آن تبیین نمایند.

❁ این پیام حاوی اصول کلی اسلام است که مهم ترین آنها عدالت خواهی، ستم ستیزی، امر به معروف و نهی از منکر، اصلاح فسادهای اجتماعی و مانند آن است.







مفهوم «سبک زندگی» از جمله مفاهیم علوم اجتماعی ، جامعه شناسی و مردم شناسی است که اخیراً و در دهه اخیر بسیار مورد توجه

جدول- شمار مقالات منتشر شده در تارنمای Pubmed با استفاده از کلید واژه‌ی «سبک زندگی [ti]» در کشورهای خاورمیانه و ایالات متحده

قبرس	بحرین	قطر	کویت	عمان	لبنان	اردن	امارات متحدہ عربی	یمن	سوریه	عربستان سعودی	عراق	ترکیه	ایران	مصر	آمریکا	
۲	۳	۰	۱	۱	۸	۳	۲	۰	۰	۷	۱	۵	۲	۲	۷۳۰	۲۰۰۰
۰	۱	۰	۰	۰	۴	۱	۲	۰	۰	۴	۲	۵	۸	۱	۶۸۳	۲۰۰۱
۰	۱	۱	۱	۰	۴	۳	۳	۰	۰	۱	۲	۱۰	۵	۵	۸۴۱	۲۰۰۲
۰	۱	۰	۲	۲	۳	۲	۳	۱	۱	۲	۳	۱۴	۸	۲	۹۲۱	۲۰۰۳
۰	۲	۰	۲	۱	۶	۶	۲	۱	۰	۲	۲	۲۲	۷	۲	۱۰۷۲	۲۰۰۴
۱	۰	۱	۲	۲	۵	۷	۳	۰	۱	۳	۴	۲۱	۱۱	۱	۱۱۸۴	۲۰۰۵
۲	۰	۱	۰	۰	۷	۳	۱	۰	۰	۲	۲	۲۷	۱۰	۱	۱۱۹۲	۲۰۰۶
۳	۱	۱	۳	۰	۱۰	۸	۳	۱	۰	۴	۹	۲۱	۱۵	۷	۱۱۸۷	۲۰۰۷
۲	۱	۱	۲	۱	۱۲	۱۵	۴	۲	۰	۸	۱۱	۲۸	۲۴	۴	۱۳۱۲	۲۰۰۸
۸	۲	۳	۴	۲	۱۰	۱۱	۳	۳	۱	۵	۱۱	۲۸	۲۷	۴	۱۳۴۷	۲۰۰۹
۵	۰	۶	۴	۱	۹	۱۵	۶	۰	۰	۹	۱۲	۳۷	۲۸	۵	۱۲۷۳	۲۰۱۰
۳	۰	۲	۲	۲	۴	۹	۲	۰	۰	۱۴	۱۱	۳۰	۲۴	۵	۱۱۹۰	۲۰۱۱
۲۶	۱۲	۱۶	۲۳	۱۲	۸۲	۸۳	۳۴	۸	۳	۶۱	۷۰	۲۵۸	۱۶۹	۳۹	۱۲۹۳۲	کل

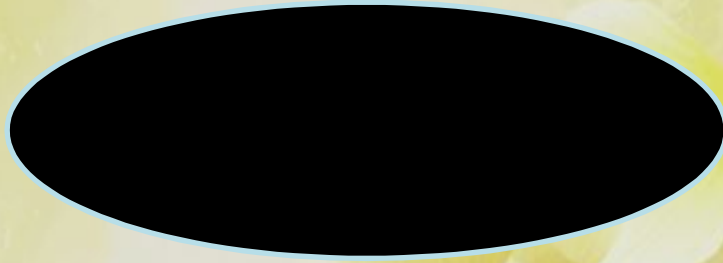


■ سبک زندگی معنایی است که از به هم تنیدگی و پیوند و شبکه ای بودن عوامل متعددی که در شیوه های زندگی یا اقلیم های زیستن انسان تأثیر

■ سبک زندگی به مجموعه رفتارها، مدلها و الگوهای کنش های هر فرد اطلاق می شود که معطوف به ابعاد هنجاری، رفتاری و معنایی زندگی اجتماعی او باشد و نشان دهنده کم و کیف نظام باورها و کنش ها و واکنش های فرد و جامعه می باشد.

■ به عبارتی سبک زندگی دلالت بر ماهیت و محتوای روابط، تعاملات و کنش های اشخاص و آحاد مردم در هر جامعه دارد





از دیدگاه روانشناسی، سبک زندگی به روش زندگی فرد با توجه به توانایی هایش

از دیدگاه بهداشتی، به دلیل نقش پراهمیت این مساله در بهداشت و سلامت فرد و جامعه، به معنای انتخاب بهترین شیوه‌ی بهبود جنبه‌های بهداشتی در زندگی

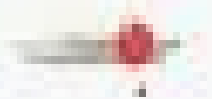
با وجودی که سبک زندگی ریشه در رفتارهای فرد و جامعه دارد، با آموزه‌های مذهبی نیز بسیار مرتبط



✓ وقتی بحث از سبک زندگی می‌شود، در واقع آنچه مورد پردازش و بررسی قرار می‌گیرد سبک «زیستن» و «زندگی»

✓ هر محقق در حوزه‌ی سبک زندگی، قبل از ورود به بحث، بایستی با مفهوم «زندگی» و «زیستن» آشنایی کافی و لازم را داشته باشد و بداند که بر اساس فرهنگ خودش، زندگی و زیستن چه مفهومی و چه نمادهایی دارد؟

✓ در فرهنگ او نمادها، علائم و مصادیق زندگی سعادت‌مند و زندگی شقاوتمند چیست؟



○ تعریفی که فرهنگ اسلامی - ایرانی از زندگی و خوب و بد بودن آن بر اساس آخرت‌گرایی و نقش مزرعه بودن زندگی دنیوی برای زندگی اخروی، که هدف اصلی و زندگی واقعی است

○ درست در نقطه‌ی مقابل فرهنگ غربی است که بر مبنای مکتب اومانیزم و لذت‌گرایی و هدف‌غایی بودن زندگی دنیوی استوار

○ رفتار اجتماعی و سبک زندگی، تابع تفسیر ما از زندگی است

Three lit candles in blue holders, with a blue glow emanating from them, set against a dark background.

آیا می شود سبک زندگی

را بدون تعریف اصل

زندگی تعریف کرد؟

خیر، باید هدف مشخص باشد...



## هدف زندگی چیست؟

○ هر هدفی که ما برای زندگی معین کنیم، به طور

طبیعی، متناسب با خود، یک سبک زندگی به ما

پیشنهاد می‌شود

○ هر کسی، با واقعیت یا خیالی به زندگی خود معنی

می‌بخشد؛ برای یک دانشجوی هیئتی، زندگی کسی

که هیئت نمی‌رود بی‌معناست. دیگری نیز با موسیقی

به زندگی خود معنا می‌بخشد





# صورت زندگی کنونی ما تنها شکل ممکن و بهترین شکل موجود برای زندگی است؟

برخی از بخش‌هایی که امروز آن را جزء ضروریات می‌دانند در گذشته‌ای نه چندان دور اصلاً وجود نداشته است و نیز جای برخی بخش‌ها در زندگی امروزی خالی است که بودنش زندگی را بسیار بهتر می‌کند

بودن و نبودن یک بخش در زندگی به عالمی بر می‌گردد که شخص برای خود ساخته است



# تفسیر جهان بینی الهی از زندگی

زندگی دنیوی، ابزاری برای نیل به زندگی اخروی:  
بر اساس سبک زندگی دینی، اگر دنیا ارزشی دارد، از آن حیث است  
که می تواند ابزاری باشد برای نیل به سعادت اخروی و زندگی  
واقعی و گرنه به سبب زوال پذیری و توأم بودن آن با سختی ها  
و... ارزش واقعی ندارد و جز بازیچه ای موقتی برای کسانی که  
از خدا غافل شده اند نیست.

# عامل خوشی و سعادت زندگی، یاد خدا:

اللهم صل على محمد  
وآل محمد

خدا را خالصانه یاد کنید، تا  
بهترین زندگی را داشته  
باشید و با آن راه نجات را  
پویید



## بازیچه و بی ارزش بودن زندگی مادی دنیوی:

این زندگانی دنیا چیزی جز سرگرمی  
و بازی نیست. زندگانی واقعی سرای  
آخرت است، اگر می دانستند  
(سوره ی عنکبوت، آیه ی ۶۴)





# متأثر بودن خوشی و ناخوشی ((زندگی)) از عوامل غیر مادی

بر حسب جهان-بینی الهی، خوشی و ناخوشی دنیا صرفاً  
متأثر از بهره‌مندی یا فقدان امکانات مادی دنیوی نیست  
مدارا کردن با مردم نصف ایمان است و نرمی و مهربانی  
کردن با آنان نصف زندگی است (الکافی، ۵/۲/۱۱۷)

# پرهیز از دل بستگی و توجه افراطی به زندگی دنیوی

استفاده از مواهب مادی در حد نیاز نه تنها  
اشکالی ندارد، بلکه ضرورت و مقتضای  
تداوم حیات مادی است؛ ولی هر گونه  
دل بستگی و توجه افراطی بدان مورد  
نکوهش

هر که شیفته زندگی شود، خوار گردد (الخصال)



ROSHD.IR

هر زیستن‌ی زندگی نیست:

مرگ با عزّت بهتر از زندگی با ذلّت است.  
آن حضرت در روز شهادت خود این ایات  
را می‌خواند: مرگ بهتر است از ننگ و ننگ  
سزاوارتر از آتش [دوزخ] است، به خدا  
سوگند که نه ننگ را به خود راه دهم، نه  
آتش را

کَلِمَاتُ  
شَوَکَاتِ



سیدکربلای حسین

## رفاه زندگی خط قرمز زندگی

اسلام مانع رفاه زندگی نیست، بلکه انسان را دعوت به زندگی بهتر و سالم تر می کند  
اسلام از رفاهی که افراطی و سرطانی باشد و تن پروری در آن باشد، بر حذر می دارد  
توصیهی اسلام اجتناب از تجمل گرایی، اشرافی گری و انگشت نما شدن در بهره برداری از  
مواهب مادی دنیوی است



# محرم بهترین فرصت برای تبیین سبک زندگی اسلامی

عزاداران امام حسین علیه السلام باید این روش را در زندگی خود پیاده کنند  
و روحیه عفو و گذشت نسبت به بدیهای دیگران را به جای روحیه انتقام  
جوئی در خود زنده کنند

اگر این روحیه عفو در پیروان امام حسین علیه السلام زنده باشد  
زندگی دنیائی برای همه شیرین خواهد شد

باید المشعل



با آرزوی تو و عزاداریهای شما  
انعام دعا

حاجم، همه خاک کربلا میدمان  
پیوسته به لب، خدا خدا میدمان  
تا پاک شود، زمین ز اینای نرید  
هر داره حسین، مه تدا میدمان...

یا حسین



السَّلَامُ عَلَيْكَ

يَا مُحَمَّدٌ

الله