



السلامة والرفاهية، حيث أن الصحة الجيدة هي أساس الحياة الناجحة. لذلك، يجب علينا أن نولي اهتمامًا كبيرًا بصحتنا ونسعى إلى تحسينها من خلال اتباع نمط حياة صحي.

من أجل تحقيق هذا الهدف، يجب علينا أن نلتزم باتباع العادات الصحية التي يوصي بها الإسلام، مثل تناول الطعام الصحي، وممارسة الرياضة، والحفاظ على النظافة الشخصية. كما يجب علينا أن نبتعد عن العادات السيئة التي تضر بصحتنا، مثل التدخين وشرب الكحول.

والله أعلم

[مترجم من: (السنة النبوية وعلومها - السنة النبوية وعلومها) (السلامة)]

في هذا المقال، سنناقش أهمية الصحة الجيدة في الإسلام وكيف يمكن تحقيقها من خلال اتباع العادات الصحية التي يوصي بها الإسلام. سنذكر أيضًا بعض النصائح التي يمكن اتباعها لتحسين صحتنا ونسعى إلى تحقيق الرفاهية والرفاهية.

<https://sunnah.global/hadeeth/bn/show/5935>

