

سبک زندگی از منظر علامه طباطبائی

مسعود آذربایجانی*

کج مجتبی فیضی**

چکیده

سبک زندگی از موضوعات میان‌رشته‌ای است که به‌منزله نقشه راه زندگی قابل بازخوانی در فرهنگ اسلامی است. بررسی این موضوع از منظر شخصیت‌هایی که سبک‌ساز هستند زمینه وصول به حیات طیبه را هموار می‌سازد. علامه طباطبائی به‌عنوان عنصری سبک‌ساز، توحیدمحوری را سرلوحه شیوه زندگی و مبنای اساسی آن قرار داد. هدف اصلی پژوهش، استخراج الگوی سبک زندگی از منظر علامه طباطبائی است. روش تحقیق بر اساس مطالعه تحلیلی با تکیه بر منابع کتابخانه‌ای می‌باشد. یافته‌ها حاکی از آن است که سبک زندگی از منظر علامه در وظایف و مسئولیت‌های زندگی تجلی می‌یابد. وظایف انسان در ارتباط با خدا، خود و دیگران از محورهای عمده سبک زندگی از دیدگاه علامه طباطبائی است که مهم‌ترین آن در ارتباط بنده با خدا به ظهور می‌رسد. اختصاص بهترین اوقات به برقراری ارتباط با خدا در قالب نماز و نیایش، کمک گرفتن از نماز و روزه در مشکلات و توسل به پیامبر ﷺ و اولیای خدا، خودشناسی و داشتن روابط عاشقانه همسران در قالب اصول سه‌گانه تسکین، مودت و رحمت، از جمله الگوهای رفتاری در سبک زندگی از نگاه علامه طباطبائی است.

کلیدواژه‌ها: علامه طباطبائی، سبک زندگی اسلامی، توحیدمحوری، انواع وظایف انسان، اسلام.

مقدمه

به صورت جدی مطرح شده و جامعه ما را نیز تحت تأثیر خود قرار داده است. «اهمیت مفهوم سبک زندگی در این است که سطحی‌ترین لایه‌های زندگی (از آرایش مو و لباس گرفته تا حالت بیانی و ژست صورت و بدن) را به عمیق‌ترین لایه‌های آن پیوند می‌زند» (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۷، ص ۱۸). این موضوع، به موازات ورود در حوزه‌ها و علوم مختلف، از موقعیت ممتازی برخوردار گردیده و تمامی نگاه‌ها را در همه سطوح به خویش معطوف نموده است، هرچند ماهیت بحث از سبک زندگی، خاصیت میان‌رشته‌ای دارد. پژوهش حاضر با روش مطالعه اسنادی با تأکید بر اثر گران‌قدر علامه یعنی تفسیر المیزان انجام می‌شود.

این پژوهش به دنبال تحقق اهداف ذیل می‌باشد: الف) تبیین و تشریح الگوی سبک زندگی مورد نظر علامه طباطبائی؛ ب) فضا سازی فکری و ایجاد زمینه برای کشف و طراحی نظام سبک زندگی اسلامی و امتیاز آن بر سایر نظام‌ها از طریق آثار علامه طباطبائی به ویژه تفسیر شریف المیزان.

چیزیستی و ماهیت سبک زندگی

هر پدیده‌ای پیش از آنکه موضوع حکم و یا تجزیه و تحلیل واقع شود، لازم است به خوبی مورد شناسایی و بررسی قرار گیرد. خاصیت بین‌رشته‌ای بودن سبک زندگی موجب شده است که این موضوع در شاخه‌های مختلف علوم و دانش‌ها، از پزشکی و مباحث مربوط به حوزه سلامت گرفته تا دین‌شناسی و دانش‌های وحیانی، ورود پیدا کند. بنابراین، سبک

موضوع پژوهش، سبک زندگی از نظر علامه طباطبائی است. مقوله سبک زندگی با عناوینی همچون معنای زندگی، هدف زندگی، اخلاق، الگو و اسوه، سنت و سیره، شخصیت، هویت، مهارت‌های زندگی و... در ارتباط است، هرچند از نظر ماهوی با این امور تفاوت دارد. این موضوع از مباحث جدید در حوزه‌های مختلف علوم اجتماعی، سلامت و... می‌باشد و پیدایش این شاخه متأخر از سایر محورهای پیش‌گفته است. استخراج الگوی سبک زندگی از منظر علامه طباطبائی، رسالت اصلی این پژوهش می‌باشد. وسعت و گستردگی مولفه‌ها و عوامل سازنده سبک زندگی به قدری است که استقصای تمامی آنها از عهده راقم این سطور خارج است؛ از این رو، به‌گزینش برخی محورهای عمده در اندیشه مرحوم علامه در این مطالعه بسنده می‌شود. علامه طباطبائی به‌عنوان شخصیتی سبک‌ساز می‌تواند الگوی بسیاری از رهپویان راه حقیقت قرار گیرد. تفسیر المیزان به‌منزله یک منبع مهم دینی و مهم‌ترین اثر علامه طباطبائی راه‌گشای خوبی برای استنباط دیدگاه علامه در استخراج الگوی سبک زندگی اسلامی است. لازم به ذکر است بررسی سبک زندگی از منظر علامه طباطبائی فاقد پیشینه تحقیق است.

اهمیت، جایگاه، روش و هدف تحقیق

در دهه‌های اخیر موضوع سبک زندگی به موازات تحولات سریع و همه‌جانبه در حوزه فناوری و تغییر الگوهای مصرف و تحول در فرهنگ جوامع پیشرفته،

مفهوم سبک زندگی

معادل واژه «سبک» در زبان عربی تعبیر «اسلوب» و در زبان انگلیسی استایل (Style) است. عبارت «سبک زندگی» در شکل نوین آن «لایف استایل» (Life Style) اولین بار در روان‌شناسی توسط آلفرد آدلر در سال ۱۹۲۹ ابداع شد. این عبارت به منظور توصیف ویژگی‌های زندگی آدمیان مورد بهره‌برداری قرار گرفت. در کتاب‌های لغت انگلیسی این واژه در معانی کم‌وبیش مشابهی به کار برده شده است: «سبک‌های زندگی مجموعه‌ای از طرز تلقی‌ها، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها در هر چیزی را دربر می‌گیرد. موسیقی عامه، تلویزیون، آگهی‌ها، همه و همه تصورها و تصویرهایی بالقوه از سبک زندگی فراهم می‌کنند (ویکی پدیا، ۱۵/۵/۹)». «روش نوعی زندگی فرد، گروه یا فرهنگ را سبک زندگی گویند» (میربام، ۱۳۷۹، ص ۶۷۲). «روشی که یک فرد یا گروهی از مردم بر اساس آن کار و زندگی می‌کند: یک زندگی سالم و راحت، بخش سبک زندگی (= بخشی از آن، که با لباس‌ها، فرصت‌ها، عادات... ارتباط دارد)» (آکسفورد، ۱۳۸۱، ص ۷۴۳). سبک زندگی در میان صاحب‌نظران غربی با رویکردهای مختلفی تعریف شده است: زیمل سبک زندگی را تجسم تلاش انسان برای یافتن ارزش‌های بنیادی می‌داند و در جایی دیگر، معتقد است: سبک زندگی عینیت‌بخشی به ذهنیات در قالب اشکال شناخته‌شده اجتماعی است (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۷، ص ۵۲). آدلر معتقد است: سبک زندگی، هدف فرد، خودپنداره، احساس‌های فرد نسبت به دیگران، و نگرش فرد نسبت به دنیا را

زندگی به‌عنوان دانشی نوپدید و فراگیر، ظرفیت مسئله‌سازی در حوزه‌های مختلف عمل و زندگی از یک طرف و علم و اندیشه از طرف دیگر را داشته و دارد.

با توجه به خاستگاه این موضوع در تمدن غربی، طبعاً ورود این مفهوم به فضای فرهنگ دینی به‌ویژه در اسلام، این واژه را دستخوش تفاوت‌هایی در زاویه نگاه به آن خواهد نمود؛ چراکه مبانی و معیارهای ادیان آسمانی در تقابل با مدرنیته غربی قرار دارد. طبیعی است که در این فضای جدید، تعریف و تبیین مفاهیم نیز باید با تکیه بر این مبانی و ارزش‌های معنوی صورت پذیرد. واژه «سبک زندگی» مقسمی است برای اقسام و انواع سبک‌های مختلفی از زندگی با رویکردهای متفاوت؛ مانند سبک زندگی اسلامی، غربی، شرقی و یا سبک زندگی در روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و... در مجموع، آنچه از مفهوم سبک زندگی معمولاً در نوشتار، گفتار، رسانه‌ها و به‌ویژه در فضای مجازی و اینترنت به تصویر کشیده می‌شود، بیشتر ناظر به همان جلوه‌های بیرونی و خارجی حیات و تمدن غربی نظیر مد، دکوراسیون، مصرف‌گرایی و مفاهیمی از این قبیل می‌باشد.

تفاوت سرنوشت واژه‌ها هنگامی که در فرهنگ‌های مختلف وارد می‌شوند نسبت به زمان شکل‌گیری آنها یک امر طبیعی تلقی می‌شود؛ زیرا اصطلاحات تحت تأثیر فرهنگ غالب جوامع قرار می‌گیرند و بار معنایی خاص پیدا می‌کنند. البته وجه جمع میان برداشت‌های مختلف از آن به‌عنوان مشترک معنوی همچنان وجود دارد (فیضی، ۱۳۹۲).

اجتماعی میان آن و بقیه طیف رفتارهای افراد جامعه تمایز قایل می‌شود» (فاضلی، ۱۳۸۲، ص ۸۳). برخی نیز سبک زندگی را با هویت پیوند می‌زنند: «سبک زندگی نظام‌واره و سیستم خاص زندگی است که به یک فرد، خانواده یا جامعه با هویت خاص اختصاص دارد. این نظام‌واره هندسه کلی رفتار بیرونی و جوارحی است و افراد، خانواده‌ها و جوامع را از هم متمایز می‌سازد.» این تعریف به گونه‌ای هویت فرد را در برابر دیگران به نمایش می‌گذارد (شریفی، ۱۳۹۱، ص ۱۴۶). مؤلف کتاب *سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن*، سبک زندگی را این‌گونه تعریف می‌نماید: «شیوه‌ای نسبتاً ثابت که فرد اهداف خود را به آن طریق دنبال می‌کند» (کاوایانی، ۱۳۹۱، ص ۱۶).

از مفهوم سبک زندگی دو برداشت وجود دارد: در برداشت نخست، سبک زندگی بر اساس فعالیت و رفتارهای مصرفی و شاخصی برای تعیین طبقه اجتماعی، و در برداشت دوم، با رویکردی روان‌شناختی و هویت‌گرا تعریف می‌شود (مبینی مقدس و عبد سرمدی، ۱۳۹۲). لازم به ذکر است رویکرد این تحقیق، درون‌دینی بوده و تلاش دارد با نظر به مبانی فکری و اندیشه‌ای علامه طباطبائی، سبک زندگی موردنظر وی را استخراج و ارائه نماید.

تعریف زندگی و حیات از نظر علامه طباطبائی

زندگی دو معنای اصلی دارد: ۱) زیستن به معنای بیولوژیکی که در برابر آن، مرگ بدن قرار دارد. ۲) حیات معنوی با توجه به حقیقت آدمی که مقابله مرگ معنوی است. مراتب زندگی نیز عبارت است از: ۱. زندگی نباتی؛ ۲. زندگی حیوانی؛ ۳. زندگی

شامل می‌شود (فیست، ۱۳۸۴، ص ۹۷). لیزر در ۱۹۶۳ سبک زندگی را براساس الگوی خرید کالا تعریف می‌کند. به نظر وی، سبک زندگی نشان‌دهنده شیوه زندگی متمایز جامعه یا گروه اجتماعی و نشان‌دهنده شیوه‌ای است که مصرف‌کننده در آن خرید می‌کند و به شیوه‌ای که کالای خریداری شده مصرف می‌شود، بازتاب‌دهنده سبک زندگی مصرف‌کننده در جامعه است (خوشنویس، ۱۳۸۹، ص ۱۰). یاسرمن (۱۹۸۳) سبک زندگی را الگویی از مصرف می‌داند که دربردارنده ترجیحات، ذائقه و ارزش‌هاست (ربانی و رستگار، ۱۳۸۷، ص ۴۵). از دیدگاه سویل، «سبک زندگی عبارت است از هر شیوه متمایز و بنابراین، قابل تشخیص زیستن» (چاوشیان و ابادری، ۱۳۸۱، ص ۲۴). سولومون اعتقاد دارد که سبک زندگی فعل و انفعال فرد را در محیط زندگی او نشان می‌دهد. در جوامع سنتی انتخاب‌های مبتنی بر مصرف به شکل گسترده‌ای براساس طبقه، کاست، محیط روستا یا خانواده دیکته می‌شود، درحالی‌که در جوامع مدرن، به هر حال مردم دارای آزادی عمل بیشتری در انتخاب کالاها و خدمات و فعالیت‌هایی هستند که به نوبه خود هویت اجتماعی را خلق می‌کند (رسولی، ۱۳۸۲، ص ۵۴).

در میان اندیشمندان داخلی نیز در این زمینه دیدگاه‌هایی وجود دارد. مؤلف کتاب *مصرف و سبک زندگی*، معنای این واژه را عبارت می‌داند از «طیف رفتاری‌ای که اصلی انسجام‌بخش بر آن حاکم است و عرصه‌ای از زندگی را تحت پوشش دارد و در میان گروهی از افراد جامعه قابل مشاهده است و الزاماً برای همگان قابل تشخیص نیست، اگرچه محقق

ظاهر و دائم؛ ۷) لذتی خالص از الم و کدورت؛ ۸) خیر و سعادت غیرمشوب به شقاوت؛ ۹) نگرش جمیلانه به مظاهر هستی؛ ۱۰) درک نور، کمال، قوت، عزت، لذت و سرور در نفس خود؛ ۱۱) حیات خالص و بدون خبانت.

این آثار جز بر زندگی حقیقی مترتب نمی‌شود و زندگی مجازی بویی از آن ندارد. خداوند این آثار را بر حیاتی مترتب کرده که آن را مختص به مردم باایمان و دارای عمل صالح دانسته است؛ حیاتی حقیقی و جدید که خدا آن را به کسانی که سزاوارند افاضه می‌فرماید و این حیات جدید و اختصاصی، جدای از زندگی سابق که همه در آن مشترکند نیست؛ در عین اینکه غیر آن است، با همان است، تنها اختلاف به مراتب است نه به عدد (همان، ص ۴۹۲ و ۴۹۳).

تعریف علامه طباطبائی از سبک زندگی

تعریف علامه طباطبائی از «برنامه و روش زندگی» همان تعریف دین است. نمونه‌هایی از این تعریف را یادآور می‌شویم: دین چیزی به غیر از سنت حیات و راه و روشی که برای انسان واجب است آن را پیشه کند تا سعادت‌مند شود نیست (همان، ج ۱۶، ص ۲۶۷). حقیقت دین عبارت است از یک رشته اعتقادات راجع به آفرینش جهان و انسان و یک سلسله وظایف عملی که زندگی انسان را با آن اعتقادات تطبیق دهد (همان، ج ۲، ص ۳۱۰). دین در اصطلاح قرآن همان روش زندگی است که انسان گریزی از آن ندارد (طباطبائی، ۱۳۸۹ ب، ص ۳۹). دین برنامه زندگی است (همان، ص ۱۹۶).

اساساً در عرف قرآن، دین به راه و رسم زندگی

انسانی (سبحانی‌نیا، ۱۳۸۹، ص ۲۷).

از آنجاکه سبک، روش و شیوه در زندگی انسانی معنا پیدا می‌کند، بنابراین، شاهد تنوع زندگی انسان‌ها از مرحله حیات حیوانی به حیات معقول و معنوی هستیم. هر فرد و جامعه‌ای واجد نوعی حیات و زندگی ویژه خویشند. حیات انسان‌ها می‌تواند در چارچوب دین و آیین خاصی قرار گیرد و یا در خارج از دستورالعملی که منشأ و حیانی دارد. علامه طباطبائی با الهام گرفتن از آیه ۹۷ سوره «نحل»، زندگی پاک و به تعبیر قرآنی، «حیات طیبه» را نه به‌عنوان صفتی برای حیات، بلکه به‌معنای حیات جدید و افاضه حیات از ناحیه پروردگار متعال معرفی می‌کند. تعبیر ایشان چنین است: «در جمله ﴿فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰٓةً طَيِّبَةً﴾ حیات به‌معنای جان انداختن در چیز و افاضه حیات به آن است؛ پس این جمله دلالت دارد بر اینکه خدای تعالی مؤمنی را که عمل صالح کند به حیات جدیدی غیر آن حیاتی که به دیگران نیز داده زنده می‌کند و مقصود این نیست که حیاتش را تغییر می‌دهد، بلکه افاده می‌کند که خدای تعالی حیاتی ابتدایی و جداگانه و جدید به او افاضه می‌فرماید» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۴۹۱).

حیات حقیقی و حیات مجازی

علامه طباطبائی در تبیین فرق میان حیات حقیقی و مجازی، معتقد است که انسان مؤمن و زنده به حیات حقیقی دارای این ویژگی‌ها و آثار می‌باشد: (۱) علم و ادراکی که دیگران ندارند؛ (۲) قدرت بر احیای حق و ابطال باطل؛ (۳) اعتزاز به عزت الهی؛ (۴) چشم بصیرت؛ (۵) تعلق دل به پروردگار حقیقی؛ (۶) حیات

حسنه و یا سیئه کسب کرده است، قرآن کریم آن را دین و سبیل نامیده، و بر این حساب است که می‌توان گفت: هیچ فردی، مفرّ و گریزی از سنت نیکو و یا سنت بد ندارد، و احدی نیست که از دین حق یا دین باطل هیچ‌یک را نداشته باشد» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۱۷) «و اما بهترین و پابرجاترین راه و رسم زندگی آن است که آفرینش انسان به سوی آن هدایت کند، نه آنچه از عواطف و احساسات فرد یا جامعه سرچشمه گیرد» (طباطبائی، ۱۳۸۸، ص ۱۲).

همسویی مفهوم دین با روش زندگی و وظایف انسان در جای جای آثار مرحوم علامه و تصریح به اینکه در عرف قرآن چنین معنایی قابل استفاده است، نمایانگر آن است که می‌توان به جایگزینی این دو مفهوم اقدام نمود؛ ضمن اینکه این برداشت از سبک و روش زندگی در واقع، محوری‌ترین نقطه ثقل دیدگاه ایشان در این موضوع به‌شمار می‌آید. بر اساس تعریف سبک زندگی از دیدگاه علامه طباطبائی، می‌توان به تعمیم سبک زندگی در مورد همه انسان‌ها تصریح نمود؛ زیرا «هیچ انسانی بدون عمل، و در نتیجه، بدون سنت حسنه و سیئه یافت نمی‌شود» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۱۷).

علامه طباطبائی؛ شخصیتی سبک‌ساز

توضیح آنکه انسان‌ها دارای سه جلوه متفاوت در سبک زندگی می‌باشند: الف) برخی «سبک‌دان» هستند؛ بدین معنا که از سبک زندگی و مطالب علمی پیرامون آن آگاهی دارند، اما الزاماً واجد سبک معینی در زندگی خویش نیستند. ب) برخی دیگر «سبک‌دار» هستند؛ یعنی در زندگی اگرچه از سبک و

اطلاق می‌شود و مؤمن و کافر حتی کسانی که اصلاً صانع را منکرند، بدون دین نیستند؛ زیرا زندگی انسان بدون داشتن راه و رسمی، خواه از ناحیه نبوت و وحی باشد، یا از راه وضع و قرارداد بشری، اصلاً صورت نمی‌گیرد (طباطبائی، ۱۳۸۸، ص ۱۲). محتوای وحی عبارت است از دین الهی واحدی که باید تمام ابناء بشر به آن دین بگردند، آن را سنت و روش زندگی خود و راه به سوی سعادت خود بگیرند (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۸، ص ۳۶).

«دین عبارت است از مجموعه‌ای از معارف مربوط به مبدأ و معاد و قوانینی اجتماعی، از عبادات و معاملات که از طریق وحی و نبوت به بشر رسیده؛ نبوتی که صدقش با برهان ثابت شده و نیز از مجموعه‌ای از اخبار که مخبر صادق از آنها خبر داده؛ مخبری که باز صادق بودنش به برهان ثابت شده است (همان، ج ۱، ص ۶۴۱).

دین و روش زندگی، پیش خدا و در برابر اراده وی تسلیم شدن؛ یعنی در برابر آفرینش وی که انسان را به مقررات خاصی دعوت می‌کند (طباطبائی، ۱۳۸۸، ص ۲۳). قرآن مجید در توصیف اهل کتاب می‌فرماید: «وَلَا يَدِينُونَ دِينَ الْحَقِّ» (توبه: ۲۹)؛ دین حق را سنت و روش زندگی خود نمی‌گیرند (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۹، ص ۳۲۰). آنچه پیغمبران خدا از راه وحی به دست آورده و به‌عنوان پیغام و سفارش خدایی به مردم رسانیدند «دین» بود؛ یعنی روش زندگی و وظایف انسانی که سعادت واقعی انسان را تأمین می‌کند (طباطبائی، بی‌تا، ص ۱۳۶).

«سنت‌هایی که انسان در زندگی خود باب نموده و الگو قرار داده است و به وسیله آنها تقوا یا فجور،

است؛ حال هر قدر استواری فکر بیشتر باشد استواری زندگی بیشتر و هر قدر آن کمتر باشد این نیز کمتر خواهد بود (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۵، ص ۴۱۴). قرآن کریم، بیان کرده که فکر صحیح و طریقه درست تفکر، انسان را به چه چیزهایی هدایت می‌کند؛ از آن جمله فرموده: «إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمٌ» (اسراء: ۹)؛ یعنی به ملتی و یا سنتی و یا به عبارت دیگر، طریقه‌ای هدایت می‌کند که استوارتر از آن نیست. به هر حال، آن طریقه و سنت صراطی است حیاتی و طریقه‌ای است برای زندگی و معلوم است که استوارتر بودن آن از طریق دیگر، موقوف بر این است که طریق تفکر در آن از هر طریق تفکری استوارتر باشد؛ طریقه‌ای است که یکسره نور است و صراط مستقیم (همان، ج ۵، ص ۴۱۵).

در این مجال، دیدگاه مرحوم علامه در سبک زندگی را در سه محور پیگیری می‌کنیم:

۱. اصول و مبانی سبک زندگی اسلامی

ابتناء سبک زندگی بر مبانی اعتقادی

بی‌گمان، سبک زندگی مبتنی بر مبانی اعتقادی خاصی است؛ زیرا هر نظام عقیدتی پیروان خود را به سوی الگوهای رفتاری مطابق با محتوای معارف خویش سوق می‌دهد. در نظام اعتقادی اسلام تمامی مبانی به یک اصل ریشه‌ای به نام «توحید» برمی‌گردد. مرحوم علامه در تأثیرپذیری سبک زندگی از مبانی فکری این‌گونه می‌نگارد: «صورت و شکل زندگی با اختلاف در اصول اعتقادی و طرز تفکر در حقیقت عالم و حقیقت انسانی که جزئی از آن است مختلف می‌شود» (همان، ج ۱۶، ص ۲۸۷).

سیاق خاصی در عمل تبعیت می‌نمایند، ولی الزاماً از اصول و قواعد علمی حاکم بر سبک‌های مختلف آگاهی ندارند. (ج) برخی نیز «سبک‌ساز» می‌باشند. این گروه که امتیازات دو گروه قبلی را دارند، در اقلیت به سر می‌برند؛ زیرا هم از روش و شیوه مبتنی بر آموزه‌های اعتقادی خویش آگاهی دارند و هم التزام عملی نسبت به آن آموزه‌ها دارند و حیات ایشان به گونه‌ای است که اساساً از سیره علمی و عملی ایشان می‌توان برای افراد و بلکه اقشار مختلف مردم سبک و سیاق خاصی را استنتاج و عرضه نمود. و اینچنین است که «روش زندگی مثبت و منظم یک فرد می‌تواند در هزاران فرد به طور مستقیم و غیرمستقیم اثر بگذارد» (طباطبائی، ۱۳۸۹، الف، ج ۱، ص ۲۸). علامه طباطبائی گرچه در فضای سبک زندگی با مفهوم غربی آن ورود پیدا نکرده است، اما با لحاظ بومی سازی این مفهوم در فرهنگ ایرانی - اسلامی، می‌توان وی را علاوه بر شخصیتی سبک‌دان و سبک‌دار، چهره‌ای «سبک‌ساز» نیز معرفی نمود.

فکر استوار، مبنای زندگی استوار

حیات انسانی، حیاتی است فکری، نه چون حیوانات غریزی و طبیعی. زندگی بشر سامان نمی‌گیرد مگر به وسیله ادراک که ما آن را «فکر» می‌نامیم، و از لوازم فکری بودن زندگی بشر این است که هر قدر فکر صحیح‌تر و کامل‌تر باشد، قهرماً زندگی انسان استوارتر خواهد بود. پس زندگی استوار مبتنی به هر سنتی که باشد و در هر طریقی که افتاده باشد، طریقی سابقه‌دار، یا بی سابقه، ارتباط کامل با فکر استوار دارد و زندگی استوار مبتنی و مشروط به داشتن فکر استوار

«توحید، اصلی است که با همهٔ اجمالش، متضمن تمامی تفاسیل و جزئیات معانی قرآنی است؛ چه معارفش و چه شرایعش. و به عبارتی، اصلی است که اگر شکافته شود همان تفاسیل می‌شود، و اگر آن تفاسیل فشرده شود به این اصل واحد برگشت می‌کند» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۲۰۰؛ همو، بی‌تا، ۱۳۳).

منظور از توحید محوری، اعتقاد نظری و التزام عملی به جمیع مراتب توحید است. موحد، انسانی است که هم در عقیده و هم در عمل به دنبال پیاده کردن فکر توحیدی در سراسر حیات و وجود خویش است و جهان‌بینی خود را بر پایهٔ توحید استوار نموده است. چنین انسانی سعی می‌کند روش زندگی خویش را بر اساس رضایت پروردگار متعال استوار سازد و تمامی حیات خویش را وقف خالق هستی نماید. «قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ» (انعام: ۱۶۲). از نظر علامه طباطبائی، «توحید اصلی است که درخت سعادت آدمی را رشد داده و شاخ و برگ اخلاق کریمه را در آن می‌رویاند، و آن شاخه‌ها را هم بارور ساخته جامعهٔ بشریت را از آن میوه‌های گران‌بها بهره‌مند می‌سازد» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۲۱۰). «از نظر دین اسلام، هیچ غایتی برای حیات جز توحید خدای سبحان در مرحلهٔ اعتقاد و عمل نیست» (همان، ج ۶، ص ۳۶۸).

سبک زندگی مطلوب در پرتو مطلوبیت ارتباط با خدا: برای دستیابی به شیوهٔ مطلوب زندگی، باید به بهبود و تقویت ارتباط با پروردگار عالم اندیشید. بر اساس آموزه‌های اسلامی، سبک زندگی آرمانی و مطلوب تنها در صورتی تحقق خواهد یافت که انسان، حیات

وی در جای دیگری می‌نویسد: «انسان می‌خواهد یک زندگی سعادت‌مندانه داشته باشد، از اینجاست که انسان پیوسته اعمال خود را به مقررات و قوانینی که به دلخواه خود وضع کرده یا از دیگران پذیرفته تطبیق می‌کند و روش معینی در زندگی خود اتخاذ می‌نماید. قوانین و مقررات نام‌برده به یک اعتقاد اساسی استوارند و آن تصویری است که انسان از جهان هستی، که خود نیز جزئی از آن است، دارد و این مسئله با تأمل در افکار مختلفی که مردم در حقیقت جهان دارند بسیار روشن است. کسانی که جهان هستی را همین جهان مادی محسوس و انسان را نیز پدیده‌ای صددرصد مادی می‌دانند روششان در زندگی این است که خواسته‌های مادی و لذایذ چند روزه دنیوی خود را تأمین کنند و همهٔ مساعی‌شان در این راه مبذول است (طباطبائی، بی‌تا، ص ۱۷).

از بیانات فوق استفاده می‌شود که تنظیم سبک زندگی و سنت حیات متکی به آموزه‌های اعتقادی است و از ریشهٔ درخت عقاید می‌توان میوه‌های پرثمر اعمال صالح و سنت‌های ارزشمند و متعالی را برچید، به گونه‌ای که از آفات شرک و کفر و گناهان صغیره و کبیره در اعمال و رفتار برحذر باشد.

در ذیل به بیان اهم مبانی سبک زندگی از منظر علامه طباطبائی می‌پردازیم:

الف) توحید محوری: توحید، عمود خیمه و محور تمامی ادیان آسمانی بوده و هست. در اسلام نیز هیچ اصلی همسنگ اصل توحید به‌شمار نمی‌آید، بلکه حتی تمامی اصول و فروع دین مبتنی بر اندیشهٔ توحیدی می‌باشد. بنیان عالم هستی و آدمی و مبدأ تمامی وجودهای امکانی، خدای یکتا و یگانه است.

علامه طباطبائی می‌نویسد: در ادیان با همه اختلاف و تشتتی که دارند، همه انشعابات هستند که از یک دین ریشه‌داری که از فطرت انسانیت ریشه گرفته، یعنی از دین توحید، منشعب شده‌اند؛ زیرا ما اگر به فطرت ساده خود رجوع کنیم؛ یعنی تعصباتی را که به وراثت از اسلاف یا به سرایت از اقران بر انسان عارض می‌شود کنار بگذاریم، بدون هیچ تردیدی خواهیم دید که این عالم با این وحدتی که در عین کثرت دارد و با این ارتباطی که از اجزایش در عین تفرقه و تشتت با هم دارند، همه به یک سببی که مافوق همه اسباب است منتهی می‌شود و آن سبب همان حق تبارک و تعالی است که خضوع در برابرش واجب و تربیت و روش زندگی بر حسب تدبیر و تربیتش لازم است. این حکم فطرت، همان دین مبنی بر توحید است» (همان، ج ۶، ص ۲۷۶).

نمونه‌ای از مبنا بودن فطرت برای گزینش سبک زندگی خاص در المیزان را در بیان ذیل می‌توان ردیابی کرد: «انسان دارای فطرتی خاص به خود است، که او را به سنت خاص زندگی و راه معینی که منتهی به هدف و غایتی خاص می‌شود، هدایت می‌کند؛ راهی که جز آن راه نمی‌تواند پیش گیرد: ﴿فَطَرَةَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا﴾ (روم: ۳۰) و انسان که در این نشئه زندگی می‌کند، نوع واحدی است که سودها و زیان‌هایش نسبت به بنیه و ساختمانی که از روح و بدن دارد سود و زیان مشترکی است که در افراد مختلف اختلاف پیدا نمی‌کند. پس انسان از این جهت که انسان است، بیش از یک سعادت و یک شقاوت ندارد، و چون چنین است، لازم است که در مرحله عمل تنها یک سنت ثابت برایش مقرر شود و

توحیدی و موحدانه داشته باشد و با عبودیت خویش به ربوبیت پروردگار متعال اعتراف نماید؛ یعنی تمام عرصه‌های زندگی را در مدار توحید مورد ارزیابی قرار دهد و به فعالیت و حرکت و پویایی بپردازد. بهبود ارتباط با خدای متعال، فرع بر مطلوبیت آن است و مطلوبیت این نحوه ارتباط نیز بر شناخت و معرفت برآمده از فعلیت فطرت الهی انسان استوار است و این، همان واقعیتی است که اکثر مردمان عالم نسبت به آن بی‌توجهند. ﴿وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ﴾ (روم: ۳۰). از این رو، تقویت ارتباط با خدا، همراهی او را با انسان به دنبال خواهد داشت و کسی که خدا با او باشد، همه چیز دارد و از همگان بی‌نیاز است.

ب) فطرت‌گرایی: فطرت آدمیان بر اساس معرفت و محبت ذات لایزال الهی سرشته شده است و انسان‌ها همواره و در همیشه تاریخ از گرایش‌ها و تمایلاتی عالی در روح و روان خویش برخوردارند و بر اساس آن، نسبت به حقایق، فضایل، ارزش‌ها، امور خیر، زیبایی‌ها، علم و امثال آن واکنش مثبت نشان می‌دهند و از رذایل، کج‌روی‌ها، زشتی‌ها و پلیدی‌ها، جهل و خرافه و... بیزارند. فطرت این ظرفیت را دارد که در تعیین نقشه راه زندگی نیز به‌عنوان پشتوانه محکم و ارزشمندی عمل کند و به‌طور اجمال راه و رسم صحیح زیستن را در اختیار انسان‌ها قرار دهد. البته از آنجا که زندگی دارای فراز و نشیب‌های فراوان بوده و در تبیین و انتخاب مسیر ممکن است خطایی رخ دهد، نباید به مبنای فطرت اکتفا نمود و این مبنا اگرچه لازم است، اما به‌منزله مقتضی و شرط لازم مسیر سعادت می‌باشد و تعالیم انبیا مکمل آن به‌شمار می‌آید.

عواطفش است» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱، ص ۹۷).
 علامه طباطبائی معتقدند: باید «با واقع بینی
 خدادادی خود، پیوسته خود را در حال عدم استقلال
 و سرسپردگی مشاهده نموده، و وظایف و برنامه
 زندگی خود را از دستگاه آفرینش و محیط هستی فرا
 گیرد و راهی را که به دست آفرینش و نظامی که در آن
 حکومت می‌کند، مانند خود انسان غیرمستقل و همه
 از همه جهت نیازمند و مستمند آفرینش و پرورش
 خدای جهان می‌باشد، باید خود را بنده وی دانست و
 از آنچه برای انسان می‌خواهد پیروی و فرمان برداری
 نمود و مظهر اراده خدای متعال جهان آفرینش و
 انسان می‌باشد و شناختن خواسته‌های خداوند همان
 شناختن وظایف و احکامی است که آفرینش انسان و
 جهان به وی دلالت دارد» (همان، ج ۱، ص ۹۸).

۲. نگرش‌های کلی حاکم بر زندگی

تأثیر نگرش‌های کلی حاکم بر زندگی انسان را
 می‌توان در رفتارهای مختلف پیدا کرد. شاخه‌ها و
 ثمرات سبک زندگی، اگرچه ممکن است در برخی
 موارد به دلیل اشتراک در نیازها (مانند نیاز به غذا و
 خواب)، منجر به رفتارهای همسانی شود، اما با
 توجه به نگرش‌های مختلف به یکسان مورد قضاوت
 و داوری قرار نمی‌گیرد. این نگرش‌ها جهت‌دهنده
 وظایف رفتاری‌اند (کاوایانی، ۱۳۹۱، ص ۱۶۴). در
 ادامه به برخی از این نگرش‌ها اشاره می‌کنیم:

الف) نگرش نسبت به مبدأ و مقصد عالم هستی

عالم هستی به گونه‌ای است که تحت اراده یک مدبر و
 خالق واحد آفریده و اداره می‌شود. نگرش توحیدی بر

هادی واحد او را به آن هدف ثابت هدایت فرماید و
 این هادی همان فطرت و نوع خلقت باشد» (همان، ج
 ۱۶، ص ۲۶۸).

با مبنا قرار دادن فطرت، زندگی و ارکان آن در
 جایگاه واقعی خودش قرار می‌گیرد و این حقیقتی
 است که آیه شریفه نیز بدان اشارت دارد: ﴿ثُمَّ السَّبِيلَ
 يَسِّرُهُ﴾ (عبس: ۲۰)؛ یعنی سپس وسیله و راه زندگی را
 برایش فراهم کرد. بر این اساس، می‌توان استنباط
 نمود که بخش معظمی از ناکامی‌ها و مشقت‌های
 آدمیان در پرتو فاصله گرفتن از فطرت است که
 دامنگیر آنان می‌شود، وگرنه دستاورد حرکت در
 صراط مستقیم فطرت چیزی جز یافتن راه و آرامش و
 سکینه نیست.

علامه طباطبائی، روش زندگی موردپسند آیین پاک
 اسلام را مطابق فطرت بشر و مقتضای سعادت او
 می‌داند. این قوانین کلی و شکل زندگی در هیچ
 عصری دستخوش تحول نمی‌شود. «البته این تا
 زمانی است که در شکل و روش زندگی مطابقت با
 اصل فطرت محفوظ باشد، دچار دگرگونی و انحراف
 نشده باشد و اما با مخالفت فطرت، البته سنت اسلام
 موافق هیچ روشی نیست، نه روش قدیم و نه جدید»
 (همان، ج ۴، ص ۱۸۹).

ج) هماهنگی با نظام آفرینش: علامه طباطبائی در این
 خصوص می‌نویسد: «بهترین و پابرجاترین راه و رسم
 زندگی آن است که آفرینش انسان به سوی آن هدایت
 کند، نه آنچه از عواطف و احساسات فرد یا جامعه
 سرچشمه می‌گیرد» (طباطبائی، ۱۳۸۸، ص ۱۲). «باید
 انسان در زندگی خود روشی را دنبال کند که از آفرینش
 سرچشمه می‌گیرد، نه روشی را که خوشایند امیال و

تنظیم سبک زندگی سکولار و غیردینی از نگاه مرحوم علامه دور از واقع بینی و معنویات است: «در حقیقت، یک زندگی حیوانی را با منطقی که از احساسات و عواطف چرندگان و درندگان، سرچشمه می‌گیرد، برای انسان تنظیم می‌کنند، و دیگر توجهی به واقع بینی انسان و زندگی جاوید و مملو از معنویات وی، ندارد» (همان).

نتیجه سبک زندگی غیردینی و سکولار آن است که «اخلاق عالیه انسانی - چنان‌که تجربه قطعی نشان می‌دهد - تدریجاً از جامعه‌های غیردینی رخت می‌بندد و روز به روز انحطاط اخلاقی آنان، روشن‌تر و آشکارتر می‌گردد» (همان).

ب) تقدم حیات اخروی بر حیات دنیوی

رعایت توازن و تقدم حیات اخروی بر زندگی دنیوی، از جمله نگرش‌های اساسی تأثیرگذار بر سبک زندگی اسلامی به‌شمار می‌آید. مرحوم علامه فرق ریشه‌دار میان آیین‌های خدایی و قوانین موضوعه بشری را در همین موضوع معرفی می‌کند. «قوانین مدنی حیات انسانی را که مقررات قانونی برنامه اوست، همان زندگی مادی پنج روزه فرض می‌کنند و مشخص مواد قانونی را همان خواسته‌های عواطف اکثریت جامعه قرار می‌دهند، ولی آیین آسمانی حیات انسانی را در یک زندگی جاوید و بی‌نهایت تشخیص می‌دهد که هرگز با مرگ قطع نشده و برای همیشه باقی و پایدار می‌باشد، به نحوی که خوش‌بختی و بدبختی آن سرای وی به تناسب صلاح و فساد اعمال این سرای اوست و به همین جهت، برای انسان برنامه حیات تعقلی تنظیم می‌کند، نه حیات عاطفی» (طباطبائی، ۱۳۸۹ الف، ج ۲، ص ۱۳۲).

مدار توحیدمحوری زمینه تحقق سبک زندگی مطلوب اسلامی را فراهم می‌کند. «قرآن مجید نیز شالوده برنامه زندگی انسان و اساس برنامه خود را خداشناسی قرار داد و اعتقاد به یگانگی خدا را اولین اساس دین شناخت» (طباطبائی، ۱۳۸۸، ص ۱۸).

هر مکتب و مرامی از آبشخور و منشأ خاصی تغذیه می‌شود. آدمی در راه رسیدن به هدف و معنای زندگی و ترسیم آرمان‌های زندگی، ناگزیر از انتخاب آن نوع سبک و روش زندگی است که با معنای ترسیم شده تناسب و سنخیت داشته باشد. در فرهنگ اسلامی، دین مهم‌ترین عامل تعیین‌کننده الگوها و سبک زندگی تلقی می‌شود. میان روش دین درباره زندگی با روش‌های غیردینی تمایز وجود دارد. «دین معتقد است که زندگی انسان یک زندگی نامحدود و بی‌پایانی است که با مرگ از میان نمی‌رود و سرمایه بخش پس از مرگ این زندگی بی‌پایان، همان فرآورده عقاید پاک و صحیح و اخلاق پسندیده و اعمال صالحه‌ای است که انسان در این دنیا، پیش از مرگ کسب نموده است» (طباطبائی، ۱۳۸۹ ب، ص ۱۹۵). وی بر همین اساس معتقد است که تنظیم وظایف و تکالیف برای فرد و جامعه بدون در نظر گرفتن خدا و جهان جاویدان امکان‌پذیر نیست.

در نقطه مقابل، روش‌های غیردینی تنها متکی به حیات دنیوی بوده و زندگی را در منافع مادی تفسیر می‌کنند: «روش‌های غیردینی - هرچه باشد - تنها زندگی چند روزه این جهان را در نظر می‌گیرند و برای انسان وظایفی وضع می‌کند، که در سایه آنها از زندگی مادی و منافع جسمانی که میان انسان و سایر حیوانات مشترک است، بهتر بتواند بهره‌برداری نماید» (همان).

برابر خدای متعال، مهم‌ترین وظیفه می‌باشد که باید با دلی پاک و نیتی خالص، در انجام آن بکوشد و نخستین وظیفه انسانی این است که آفریدگار خود را بشناسد. بی‌اعتنایی به این حقیقت وجدانی، منشأ هرگونه جهالت و بی‌بصیرتی و وظیفه‌شناسی می‌باشد و کسی که به معرفت حق بی‌اعتنا بماند، هیچ‌گونه راهی برای به دست آوردن سعادت واقعی انسانی ندارد.

چنان‌که می‌بینیم، مردمی که از خداشناسی روگردان می‌باشند و در زندگی خود اهمیتی به این حقیقت نمی‌دهند، از معنویات انسانی به‌طورکلی دورند و منطقی جز منطق حیوانات چرنده و درنده ندارند (همان، ص ۱۹۸).

خداپرستی: پس از خداشناسی، دومین وظیفه ما خداپرستی است؛ زیرا در ضمن شناسایی حق، این حقیقت روشن می‌شود که سعادت و نیک‌بختی که یگانه هدف ماست، در عمل کردن و اجرای برنامه‌ای است که خدای مهربان برای زندگی ما معین فرموده و به وسیله فرستادگان خود ابلاغ داشته است.

پس اطاعت فرمان خداوندی و بندگی او، یگانه وظیفه‌ای است که هر وظیفه دیگری در برابر آن ناچیز و کوچک است (همان، ص ۱۹۹). بنابراین، وظیفه ماست که مقام بندگی و نیازمندی خود را بشناسیم و عظمت و کبریایی نامحدود خداوند را در نظر داشته باشیم و او را از هر جهت، به خویشتن محیط دانسته از فرمان‌های او اطاعت کنیم (همان، ص ۲۰۰).

معنای عبادت: عبادت، عبارت از آن است که بنده، خود را به مقام عبودیت درآورد، و عملاً بندگی و عبادت خود را اثبات هم بکند، و همواره بخواد که

«حاصل کلام اینکه: پیش‌روی انسان یکی از دو راه بیشتر نیست: ۱. اختیار آخرت بر دنیا، و آخرت را هدف دنیا و دنیا را مقدمه آن گرفتن؛ ۲. اختیار دنیا بر آخرت، و دنیا را هدف قرار دادن و آخرت را بکلی انکار نمودن. توضیح این سخن اینکه: زندگی آدمی دایمی و زوال‌ناپذیر است، و قهراً با در نظر گرفتن مرگ، به دو زندگی تقسیم می‌شود: یکی زندگی موقت قبل از مرگ، و دیگری زندگی دایمی بعد از آن، که نیک‌بختی انسان و بدبختی‌اش در آن زندگی، نتیجه زندگی دنیا و ملکاتی است که از ناحیه اعمالش تحصیل نموده، حال چه خوب و چه بد، و پر واضح است که انسان بدون عمل هم فرض نمی‌شود؛ زیرا بشر فطرتاً دوستدار زندگی خویش است، و زندگی خالی از عمل هم غیرقابل فرض است» (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۲، ص ۱۶).

۳. وظایف انسان در زندگی از دیدگاه علامه طباطبائی

تطبیق سبک زندگی در فرهنگ اسلامی در موضوع وظایف و مسئولیت‌های زندگی تجلی می‌یابد. علامه طباطبائی، زندگی انسان‌ها را با سه امر مرتبط می‌داند: «۱. خدای متعال که ما آفریده او هستیم؛ ۲. خود ما انسان‌ها؛ ۳. هم‌نوعان خودمان. بنابراین، برحسب دستور، ما سه وظیفه کلی داریم: وظیفه در برابر خدا، در برابر خود و در برابر دیگران» (طباطبائی، ۱۳۸۹، ب، ص ۱۹۶)

الف) وظیفه انسان در برابر خدا

خداشناسی: بنا بر نظر علامه طباطبائی، وظیفه ما در

در بندگی ثابت بماند (همان).

کلمه «عبادت» از کلمه «عبد» گرفته شده و علی القاعده باید همان معنا را افاده کند. عبادت و پرستش عبارت است از: نشان دادن مملوکیت خویش برای پروردگار (همان، ص ۳۹).

مظهر عبودیت: نماز بهترین مظهر عبودیت است (همان، ص ۶۸). ﴿قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ (انعام: ۱۶۲). چون یکی از نشانه‌های راست‌گویی این است که گوینده به گفته‌های خود عمل نموده و گفتارش با کردارش مطابقت داشته باشد، خداوند به پیامبر می‌فرماید: به مردم بگو که من تمام و تمامی عبادات و زندگی‌ام و جمیع شئون آن از قبیل اعمال، اوصاف، فعل‌ها و ترک‌ها که مربوط به من است، و همچنین مرگم را با هر چه که از امور آن مربوط به من است - و آن امور پس از مرگ است که از زندگی دنیا سرچشمه می‌گیرد؛ چنان‌که رسول خدا ﷺ فرموده: آنچه‌ان‌که زندگی می‌کنید خواهید مرد - همه را برای خدا قرار دادم، بدون اینکه کسی را در آنها شریک او بدانم (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۷، ص ۵۴۳ و ۵۴۴).

از اینجا معلوم می‌شود که منظور از جمله ﴿إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ﴾ این است که آن جناب اخلاص بندگی خود را در نماز و عبادات دیگر و زندگی و مرگ اظهار کند (همان، ص ۵۴۴).

﴿وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَأِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ﴾ (بقره: ۴۵) «واستعینوا بالصبر و الصلاة» کلمه استعانت به معنای طلب کمک است، و این در وقتی صورت می‌گیرد که نیروی انسان به تنهایی نمی‌تواند مهم و یا حادثه‌ای را که پیش آمده بر وفق

مصلحت خود برطرف سازد، و اینکه فرموده: از صبر و نماز برای مهمات و حوادث خود کمک بگیرید، برای این است که در حقیقت، یآوری بجز خدای سبحان نیست. در مهمات، یاور انسان مقاومت و خویشتن‌داری آدمی است به اینکه استقامت به خرج داده، ارتباط خود را با خدا وصل نموده، از صمیم دل متوجه او شود، و به سوی او روی آورد، و این همان صبر و نماز است، و این دو بهترین وسیله برای پیروزی است؛ چون صبر، هر بلا و یا حادثه عظیمی را کوچک و ناچیز می‌کند، و نماز که اقبال به خدا، و التجاء به اوست، روح ایمان را زنده می‌سازد، و به آدمی می‌فهماند: به جایی تکیه دارد که انهدام‌پذیر نیست، و به سببی دست زده که پاره‌شدنی نیست (همان، ج ۱، ص ۲۲۸ و ۲۲۹).

الگوی رفتاری: امیرالمؤمنین علی عليه السلام از آیه ۴۵ سوره «بقره» استحباب روزه و نماز را در هنگام نزول شداوند و ناملایمات استفاده کرده، و نیز استحباب توسل به رسول خدا و ولی خدا در این‌گونه مواقع را از آیه شریفه درآورده است، و این در حقیقت، تأویل کلمه «صوم» و «صلاة» به رسول خدا صلى الله عليه وآله و امیرالمؤمنین عليه السلام است (همان، ص ۲۳۱).

روایت شده که رسول خدا صلى الله عليه وآله از هیچ منزلی کوچ نمی‌کرد مگر اینکه در آن منزل دو رکعت نماز می‌خواند و می‌فرمود: این کار را برای این می‌کنم که این منازل به نمازی که در آنها خوانده‌ام شهادت دهند (همان، ج ۶، ص ۴۵۸). این سیره پیامبر نیز بعد دیگری از آثار نماز در حیات متدینانه را نشان می‌دهد. مراقبت بر نماز: خدای تعالی خصوصی‌ترین اوصاف مؤمنان را محافظت و مراقبت ایشان در امر نماز و

آن‌گاه می‌نویسد: این حدیث به خاطر اینکه در مقام بیان اوقات نمازهای پنج‌گانه است، ظهوری در این دارد که می‌خواهد تفسیر کند «طرفی النهار» را به قبل از ظهر و بعد از ظهر؛ زیرا اگر این مراد نباشد، شامل اوقات پنج‌گانه نمی‌شود (همان، ج ۱۱، ص ۸۹).

﴿وَأَذُكُرِ اسْمِ رَبِّكَ بُكْرَةً وَأَصِيلًا﴾ (انسان: ۲۵)؛ یعنی مداومت کن بر ذکر پروردگارت که همان نماز در «بکره» و «اصیل» یعنی صبح و عصر باشد. ﴿وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا﴾ (انسان: ۲۶). کلمه «مِنَ» برای تبییض است، و مراد از «سجود برای خدا» نماز خواندن است و مضمون این دو آیه که همان ذکر نام خدا در بکره و اصیل و سجده برای او در پاسی از شب باشد، با نماز صبح و عصر و مغرب و عشاء تطبیق می‌شود (همان، ج ۲۰، ص ۲۲۷).

﴿رَجَالٌ لَّا تُلْهِهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَن ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ﴾ (نور: ۳۷). از ابی جعفر و ابی‌عبدالله روایت شده که این رجال مردمی هستند که وقتی موقع نماز می‌رسد تجارت را رها کرده، به سوی نماز روانه می‌شوند، و اینها اجرشان عظیم‌تر است از کسانی که اصلاً تجارت نمی‌کنند (همان، ج ۱۵، ص ۱۹۷).

مداومت بر نماز: سبک زندگی متدینانه اقتضا می‌نماید که انجام فرایض و عبادات، شیمه پایدار و شیوه استوار طالبان طریق دوست باشد. ﴿الَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ دَائِمُونَ﴾ (معارج: ۲۳). اضافه کردن کلمه «صلاة» به ضمیر «هم» دلالت دارد بر اینکه بر خواندن نمازهایشان مداومت داشته‌اند، نه اینکه دایم در نماز بوده‌اند، و ستودن آنان به مداومت در نماز، اشاره است به اینکه اثر هر عملی با مداومت در آن کامل می‌شود (همان، ج ۲۰، ص ۲۱).

عباداتی می‌داند که در آن خدای را ذکر می‌کنند. این صفت همان است که در سوره «مؤمنون» در خاتمه صفات مؤمنان ذکر کرده و فرموده: ﴿وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ﴾ (همان، ج ۷، ص ۳۸۹).

«صلوات» جمع «صلاة» (نماز) است، و اینکه فرموده: نماز را محافظت می‌کنند، خود قرینه این است که مراد، محافظت از عدد آن است؛ پس مؤمنان محافظت دارند که یکی از نمازهایشان فوت نشود و دایم مراقب آنند. حق ایمان هم همین است که مؤمنان را به چنین مراقبتی بخواند (همان، ج ۱۵، ص ۱۲). مراد از محافظت، همان خشوع در نماز و تذلل و تأثر باطنی از عظمت پروردگار در موقع ایستادن در مقام عبودیت اوست؛ لیکن دیگر مفسران محافظت را به مراقبت در اوقات نماز تفسیر کرده‌اند (همان، ج ۷، ص ۳۸۹).

اوقات نمازهای پنج‌گانه: در متن برنامه مؤمنان و موحدان، لازم است اوقات خاصی به‌طور ویژه و منظم به نیایش و ابراز نیاز به درگاه خالق بی‌نیاز اختصاص یابد تا بدین وسیله، عبودیت خویش را نسبت به ربوبیت الهی به نمایش گذارند.

مفسر المیزان در ذیل آیه‌ای مربوط به اوقات نمازهای یومیه، چند روایت را نقل می‌کند: از ابی‌عبدالله روایت کرده که در تفسیر ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ﴾ (هود: ۱۱۴) فرمود: دو طرف روز، یکی مغرب است و یکی صبح و «زلفاً من اللیل» نماز عشاء است و در تهنیبه به سند خود از زراره و او از جعفر روایت کرده که در حدیثی که درباره نمازهای پنج‌گانه مطالبی بیان داشته و چنین فرموده‌اند: خداوند فرموده ﴿وَأَقِمِ الصَّلَاةَ طَرَفِي النَّهَارِ وَزُفْلًا مِنَ اللَّيْلِ﴾ که مقصود از آن، نماز عشاء است.

ب) وظیفه انسان در برابر خود

انسان در زندگی خود هر روشی را که دنبال کند و هر راهی را که بپیماید، در حقیقت، جز سعادت و کامیابی خود چیزی نمی‌خواهد و چون شناختن سعادت چیزی فرغ شناختن خود آن چیز است؛ یعنی تا خود را نشناختیم، نیازمندی‌های واقعی خود را که سعادت ما در رفع آنهاست، نخواهیم شناخت، بنابراین، لازم‌ترین وظیفه انسان این است که خود را بشناسد، تا بدین وسیله سعادت و خوش‌بختی خود را درک نموده و با وسایلی که در دست دارد، در رفع نیازمندی‌های خود بکوشد و عمر گران‌مایه را که تنها سرمایه اوست، به رایگان از دست ندهد (همان، ۱۳۸۹ ب، ص ۲۰۱). بعد از آنکه انسان خود را شناخت، متوجه می‌شود که بزرگ‌ترین وظیفه‌اش این است که گوهر انسانیت خود را گرامی دارد. چنین گوهر تابناکی را پایمال ننماید و در بهداشت ظاهری و باطنی خود بکوشد، تا به یک زندگی شیرین و لذت‌بخش جاودانی نایل شود (همان). وجود انسان از دو چیز تشکیل یافته است: روان و تن. وظیفه انسان است که در حفظ صحت و استقامت هر دو رکن، بکوشد و به طوری که در آیین مقدس اسلام، نسبت به هر دو بخش دستورهای دقیق و کافی داده شده است، در بهداشت روان و تن خود سعی نماید (همان، ص ۲۰۲).

ج) وظیفه انسان در برابر دیگران

در این محور مباحث فراوانی قابل طرح است، اما به دلیل عدم مجال، تنها به ذکر یک مورد اکتفا می‌کنیم: سبک زندگی عاشقانه در روابط همسران: یکی از وظایف

عدم محدودیت مکانی در عبادت: «وَأَنَّ الْمَسَاجِدَ لِلَّهِ فَلَا تَدْعُوا مَعَ اللَّهِ أَحَدًا» (جن: ۱۸). امت اسلام می‌توانند در هر نقطه از زمین نماز بخوانند، به خلاف آنچه از کیش یهود و نصارا مشهور است که نمازشان تنها باید در کنیسه و کلیسا واقع شود (همان، ص ۷۷).

در دین مقدس اسلام تمام زمین‌ها و مکان‌ها، بدون استثنا محل عبادت است؛ اگر فردی بخواهد نماز بخواند یا قرآن بخواند، یا سجده کند، یا دعا کند، در هر جا که هست می‌تواند این اعمال را انجام دهد؛ و رسول‌الله فرموده است: «جُعِلَتْ لِي الْأَرْضُ مَسْجِدًا وَ طَهُورًا»، ولی در دین مسیح چنین نیست، عبادت فقط باید در کلیسا انجام گیرد، و در موقع معین؛ عبادت در غیر کلیسا باطل است (حسینی تهرانی، ۱۴۳۱ق، ص ۴۸).

سهل‌انگاری به نماز: «قَوْلٌ لِّلْمُصَلِّينَ الَّذِينَ هُمْ عَن صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ» (معاون: ۵۴)؛ یعنی آنهایی که از نمازشان غافلند اهمی به امر نماز ندارند، و از فوت شدنش باکی ندارند چه اینکه بکلی فوت شود و چه اینکه بعضی از اوقات فوت گردد، و چه اینکه فضیلتش از دست برود و چه اینکه ارکان و شرایطش و احکام و مسائلش را ندانسته، نمازی بخوانند (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۲۰، ص ۶۳۴). در ذیل آیه شریفه «الَّذِينَ هُمْ عَن صَلَاتِهِمْ سَاهُونَ» آمده: منظور از این جمله کسانی هستند که بکلی نماز را ترک کنند؛ زیرا اگر صرف سهو آدمی را مستوجب ویل سازد، باید همه مستوجب باشند؛ چون هر انسانی و مسلمانی در نمازش سهو می‌کند. امام صادق علیه السلام در ذیل این آیه فرموده: منظور، تأخیر نماز از اول وقت و بدون عذر است (همان).

هیچ وجه سازش ندارد (طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۲، ص ۴۱۹). در فرهنگ اسلامی، ازدواج به عنوان تأمین نیمی بلکه دوسوم از دین و ایمان فرد معرفی شده است و این موضوع نمایانگر نقش محوری زندگی سالم مشترک و خانوادگی در برقراری شیوه زندگی صحیح مبتنی بر معیارهای آرمانی و متعالی می باشد.

علامه طباطبائی، یکی از اهداف ازدواج را بقای نوع بشر معرفی می کند: عمل همخوابی، یکی از اصول اجتماعی بشر است و بشر از همان آغاز پیدایش و ازدیاد خود، تا به امروز دست از این عمل نکشیده و این اعمال باید ریشه‌ای در طبیعت داشته باشد تا آغاز و انجامش به آن ریشه برگشت کند. و اسلام وقتی می خواهد این عمل جنسی را با قانون خود نظام بخشد، اساس تقنین خود را بر خلقت دو آلت تناسلی نری و مادگی نهاده است و همه احکام مربوط به حفظ عفت و چگونگی انجام عمل همخوابی، و اینکه هر زنی مختص به شوهر خویش است، و نیز احکام طلاق، عده، اولاد، ارث و امثال آن، همه برای همین است که این دو جهاز در راهی به کار بیفتد که برای آن خلق شده اند؛ یعنی بقای نوع بشر (همان، ج ۲، ص ۴۱۸). در آیه مورد اشاره (روم: ۲۱)، سه ویژگی و شاخص مهم در سبک زندگی عاشقانه و روابط اعضای خانواده را معرفی می نماید:

۱) اصل تسکین (لتسکنوا الیها): به عنوان اولین عامل که راه حاکمیت توحید در خانواده را هموار می سازد، توجه به برداشتن چالش‌ها و تنش‌ها و دوری گزیدن از محیط‌های متشنج می باشد که از وظایف مرد و زن در خانواده به شمار می آید. اگر محیط خانواده با آرامش توأم نباشد، زمینه‌ای برای حاکمیت ارزش‌ها

مهم در جامعه، وظایف متقابل همسران در کانون خانواده است. اسلام در نظام خانواده شیوه‌ای را طراحی نموده است که عشق و مودت همسران نسبت به یکدیگر را از آیات و نشانه‌های خدای متعال معرفی می کند: ﴿وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ﴾ (روم: ۳۰).

معمولاً در فرهنگ سکولار، عشق به منزله واژه‌ای مقدس که راه سعادت و کمال نهایی و آرمانی و معنوی را به همراه داشته باشد، به کار نمی رود و عامل این نوع نگرش را باید در لجام گسیختگی اخلاقی آن جوامع جست و جو کرد، به گونه‌ای که عشق و محبت عمیق جای خود را به هوسرانی‌های گذرا و سطحی داده است. در فرهنگ عصر حاضر، اساس همخوابی شرکت زن و شوهر در مساعی حیات است، و در حقیقت، از نظر قوانین نکاح، که معنی فارسی آن، همان همخوابی است، یک نوع اشتراک در عیش است و چون دایره اشتراک در زندگی درون خانه تنگ‌تر از دایره اشتراک در زندگی شهر و همچنین مملکت است و با در نظر داشتن اینکه قوانین اجتماعی و مدنی امروز تنها اجتماع شهر و مملکت را در نظر می‌گیرد، و کاری به زندگی مشترک در درون خانه‌ها ندارد، به همین جهت، متعرض هیچ یک از احکامی که اسلام درباره بستر زناشویی و فروع آن وضع کرده نیستند، در آن قوانین سخنی از عفت و اختصاص و امثال آن دیده نمی شود.

و بنایی که تمدن امروز بر این اساس چیده شده، علاوه بر نتایج نامطلوب و مشکلات و محدودی‌های اجتماعی که به بار آورده، با اساس خلقت و فطرت به

ملاطفت، اشفاق و اغماض بر اساس دیدگاه رحیمانه و اصل را بر رحمت قرار دادن. «رحمت» به معنای نوعی تأثیر نفسانی است، که از مشاهده محرومیت محرومی که کمالی را ندارد، و محتاج به رفع نقص است، در دل پدید می‌آید، و صاحب‌دل را وادار می‌کند به اینکه در مقام برآید و او را از محرومیت نجات داده و نقصش را رفع کند (همان).

علامه طباطبائی نقش اول ایجاد آرامش در نظام خانواده را برای زن مقرر نموده است: «خدای سبحان زنان را به جهازی مجهز فرمود که وجود او را مایه تسکین مردان کرد. و بین آنان و ایشان مودت و رحمت برقرار ساخت. زنان، با جمال و کرشمه خود و با مودت و رحمت خویش دل مردان را به سوی خود جذب کنند؛ پس زنان رکن اول و عامل اصیل اجتماع انسانی اند. از اینجاست که می‌بینیم اسلام اجتماع منزلی را که همان ازدواج باشد اصل در این باب قرار داده، فرمود: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ» (حجرات: ۱۳) (همان، ج ۴، ص ۳۴۳). یا در جای دیگر می‌فرماید: «نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّىٰ شِئْتُمْ وَقَدِّمُوا لَأَنفُسِكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ» (بقره: ۲۲۳) نسبت زنان به جامعه انسانی، نسبت کشتزار است به انسان کشتکار؛ همان‌گونه که کشتزار برای بقای بذر لازم است و اگر نباشد بذرها بکلی نابود می‌شود، و دیگر غذایی برای حفظ حیات و بقای آن نمی‌ماند، همچنین اگر زنان نباشند نوع انسانی دوام نمی‌یابد، و نسلش قطع می‌شود. آری، خدای سبحان تکون و پدید آمدن انسان، و یا به صورت انسان در آمدن ماده

فراهم نخواهد شد. قرآن مجید دو اصل مهم را برای آرامش معرفی می‌کند: الف) یاد خدا؛ ب) ازدواج. بنابراین، ایجاد آرامش در خانواده زمینه مهمی در تعالی آن محسوب می‌شود.

۲) اصل مودت (جعل بینه موده): از جمله الزامات و ضرورت‌های زندگی عاشقانه، تعهد مرد نسبت به زن و بعکس است. «مودت به محبتی می‌گویند که به خاطر وجود نفس محبوب است نه حبیب. اگر شخصی را برای خودش دوست بدارید نه برای خود، خواسته‌هایتان مودت نامیده می‌شود. همچنان‌که قرآن از قول پیامبر ﷺ می‌فرماید: من از شما دستمزد نمی‌خواهم، ولی با اهل بیت من مودت کنید. پس مودت آن است که به دلیل شخصیت، جایگاه و خصوصیات محبوب، او را دوست بداریم. دیگر آنکه مودت به محبتی گویند که مسئولیت آور باشد و تعهد ایجاد نماید. در زندگی مشترک، زن و مرد باید یکدیگر را برای شخصیت واقعی طرف مقابلشان بخواهند نه برای منافع خودشان. سوم آنکه مودت، محبتی است که دیده شود. علامه طباطبائی در معنای مودت می‌نویسد: کلمه «مودت» تقریباً به معنای محبتی است که اثرش در مقام عمل ظاهر باشد؛ در نتیجه، نسبت مودت و محبت، نسبت خضوع است به خضوع؛ چون خضوع آن خشوعی را گویند که در مقام عمل اثرش هویدا شود، به خلاف خشوع که به معنای نوعی تأثیر نفسانی است، که از مشاهده عظمت و کبریایی در دل پدید می‌آید (همان، ج ۱۶، ص ۲۵۰).

۳) رحمت متقابل (وَرَحْمَةً): «اصل سوم بعد از اصل تسکین و مودت، اصل رحمت است. رحمت یعنی

خدای سبحان در زمین باقی بماند، و افراد صالحی دارای اعمال صالح پدید آیند، تا خیرات و ثوابشان هم عاید خودشان شود، و هم عاید پدرانی که باعث پدید آمدن آنان شدند (همان، ج ۲، ص ۳۲۰).

نتیجه‌گیری

از منظر علامه طباطبائی، صورت و شکل زندگی تابع اعتقادات و مبانی فکری است. مهم‌ترین تکیه‌گاه سبک زندگی از منظر مرحوم علامه «توحیدمحوری» ایشان است. وی عنصری سبک‌ساز در فرهنگ دینی معاصر تلقی می‌شود. تأکید بر در پیش گرفتن سلوک دینی و انجام وظایف در ارتباط با خدا، خود و دیگران، چارچوب سبک زندگی موردنظر علامه را تشکیل می‌دهد. در این بین، مهم‌ترین محور در سلوک موحدان با ذات باری تعالی تجلی می‌یابد. خداشناسی و خداپرستی از مهم‌ترین وظایف در ارتباط با خدای متعال است. اختصاص بهترین اوقات به برقراری ارتباط با خدا در قالب نماز و نیایش از اهم وظایف مؤمنان است. کمک گرفتن از نماز و روزه در مشکلات و توسل به پیامبر ﷺ و اولیای خدا، از جلوه‌های رفتاری در ارتباط با خداست. در سبک زندگی عبادی از منظر اسلام، برخلاف سایر ادیان محدودیت مکانی وجود ندارد. مهم‌ترین وظیفه انسان در ارتباط با خود، خودشناسی و پاسداشت گوهر انسانیت است. داشتن روابط عاشقانه همسران در قالب اصول سه‌گانه تسکین، مودت و رحمت، از جمله الگوهای رفتاری در ارتباط با دیگران در سبک زندگی از نگاه علامه طباطبائی است.

را تنها در رحم مادران قرار داده و از سوی دیگر، طبیعت مردان را به گونه‌ای قرار داده که متمایل و منعطف به سوی زنان است، با اینکه مقداری از آن ماده اصلی در خود مردان هم وجود دارد. و در نتیجه، میان دو دسته از انسان‌ها مودت و رحمت قرار داده و چون چنین بوده، قطعاً غرض از پدید آوردن این جذب و کشش، پدید آوردن وسیله‌ای بوده برای بقای نوع (همان، ج ۲۰، ص ۳۱۹).

مراد از اینکه فرمود: ﴿قَدِّمُوا لِأَنْفُسِكُمْ﴾ - که یا خطاب به مردان است، و یا به مردان و زنان هر دو - واداشتن انسان‌ها به ازدواج و تناسل است، تا نوع بشر در زمین باقی بماند. و این هم معلوم است که غرض خدای سبحان از بقای نوع بشر در زمین، بقای دین او، و ظهور توحید و پرستش اوست، و برای این است که جوامع بشری باشند تا با تقوای عمومی خود او را پرستند، همچنان‌که فرمود: ﴿وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ﴾ (ذاریات: ۵۶). بنابراین، اگر دستوراتی می‌دهد که با حیات آنان و بقایشان مرتبط است، برای این است که به این وسیله آنان را به عبادت پروردگارشان برساند، نه برای اینکه بیشتر به دنیا بگردند، و در شهوات شکم و فرج فرو رفته، در وادی غی و غفلت سرگردان شوند. پس مراد از جمله «و برای خود مقدم بدارید»، هرچند مسئله توالد و تقدیم داشتن افرادی جدیدالوجود به بشریت و جامعه است؛ بشریتی که همه روز افراد زیادی از آن دستخوش مرگ و فنا می‌شود، و به مرور زمان عددش نقصان می‌پذیرد، ولیکن این مطلوبیت فی‌نفسه نیست، غرض به خود توالد تعلق نگرفته، بلکه برای این است که با توالد و آمدن افرادی جدید به روی زمین ذکر

مهدوی‌کنی، محمدسعید، ۱۳۸۷، *دین و سبک زندگی*، چ دوم، تهران، دانشگاه امام صادق علیه السلام.
میریام، ۱۳۷۹، *وبستر*، تهران، ابتدا.

منابع

- آکسفورد ادونس - دیکشنری، ۱۳۸۱، تهران، معرفت و زبان آموز.
- چاوشیان، حسن و یوسف ابازری، ۱۳۸۱، «از طبقه اجتماعی تا سبک زندگی»، *نامه علوم اجتماعی*، ش ۲۰، ص ۲۸-۳۰.
- حسینی طهرانی، سیدمحمدحسین، ۱۳۴۱ق، *مهر تابان*، چ یازدهم، مشهد، علامه طباطبائی.
- خوشنویس، ناهید، ۱۳۸۹، «رسانه و سبک زندگی»، *روابط عمومی ایران*، ش ۷۳، ص ۱۷-۹.
- ربانی، رسول و یاسر رستگار، ۱۳۸۷، «سبک زندگی و فرهنگ مصرفی»، *مهندسی فرهنگی*، ش ۲۳ و ۲۴، ص ۵۳-۴۴.
- رسولی، محمدرضا، ۱۳۸۲، «بررسی مؤلفه‌های سبک زندگی در تبلیغات تجاری تلویزیون»، *علوم اجتماعی*، ش ۲۳، ص ۹۴-۴۳.
- سایت ویکی پدیا، [www. Wikipedia](http://www.Wikipedia)
- سبحانی‌نیا، محمد، ۱۳۸۹، *کارکرد دین در زندگی بشر*، چ سوم، قم، بوستان کتاب.
- شریفی، احمدحسین، ۱۳۹۱، *همیشه بهار (اخلاق و سبک زندگی اسلامی)*، قم، معارف.
- طباطبائی، سیدمحمدحسین، ۱۳۸۹ الف، *بررسی‌های اسلامی*، به کوشش سیدهادی خسروشاهی، چ دوم، قم، بوستان کتاب.
- _____، ۱۳۷۴، *المیزان فی تفسیر القرآن*، ترجمه سیدمحمدباقر موسوی همدانی، قم، جامعه مدرسین.
- _____، ۱۳۸۹ ب، *تعالیم اسلام*، به کوشش سیدهادی خسروشاهی، چ سوم، قم، بوستان کتاب.
- _____، بی‌تا، *شیعه در اسلام*، قم، جامعه مدرسین.
- _____، ۱۳۸۸، *قرآن در اسلام از دیدگاه تشیع*، قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- فاضلی، محمد، ۱۳۸۲، *مصرف و سبک زندگی*، قم، صبح صادق.
- فیست، جی، گریگوری، ۱۳۸۴، *نظریه‌های شخصیت*، تهران، روان.
- فیضی، مجتبی، ۱۳۹۲، «درآمدی بر سبک زندگی اسلامی»، *معرفت*، ش ۱۸۵، ص ۴۲-۲۷.
- کاویانی، محمد، ۱۳۹۱، *سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- مبینی مقدس، مجید و نرگس عبد سرمدی، ۱۳۹۲، «سبک مصرف رسانه‌ای و اثربخشی بر سبک زندگی»، *مطالعات جوان و رسانه*، ش ۹، ص ۶۲-۳۷.