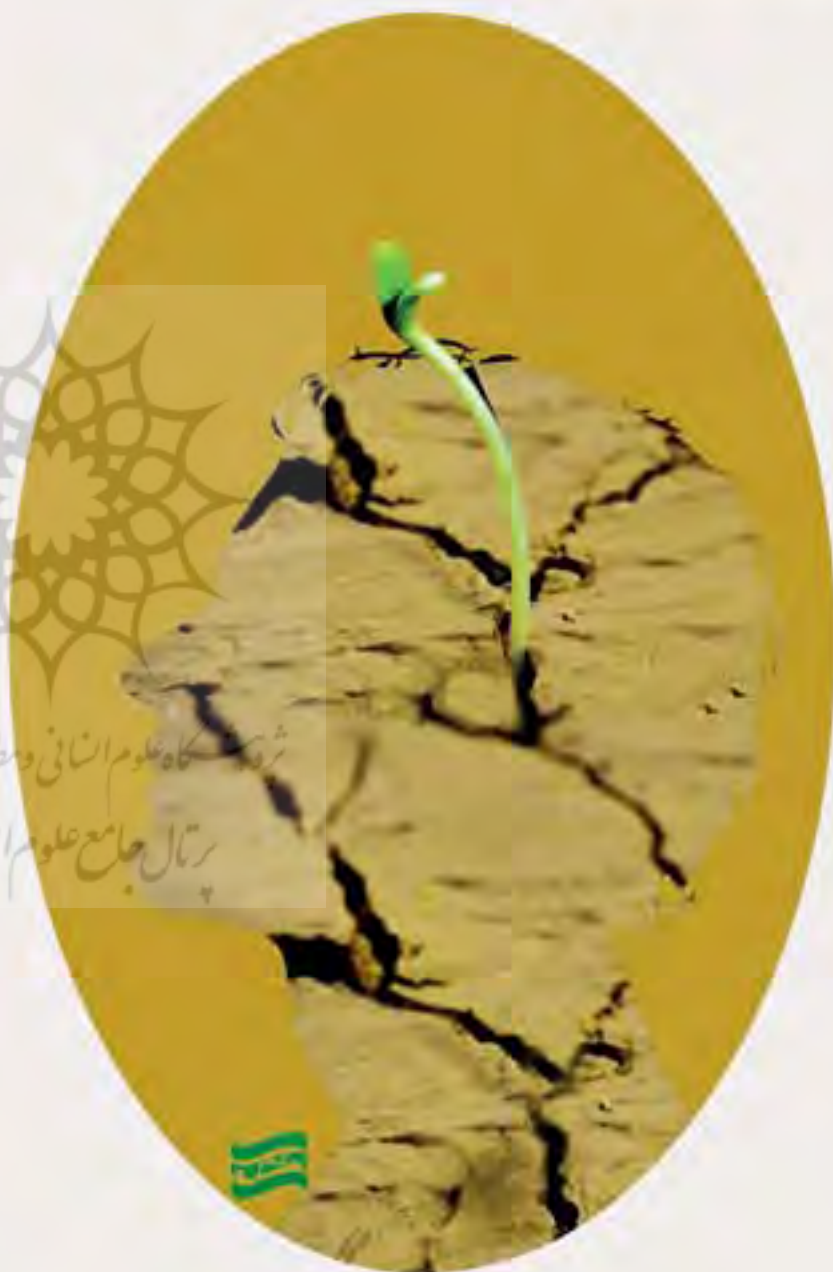


مصاحبه با دکتر آذربایجانی ۱

تشکر می‌کنم از وقتی که در اختیار ما قرار دادید. خلق معمول، اولین بحثی که در هر پژوهشی نیاز است، مفهوم‌شناسی موضوع و محور بحث است. ماهیت سبک زندگی، فارغ از رویکرد روان‌شناسانه و جامعه‌شناسانه چیست؟ از شما برای این کار فرهنگی که در پیش دارید، تشکر می‌کنم و برای شما آرزوی توفیق دارم. مقدمه‌ای عرض می‌کنم و وارد بحث می‌شوم. بحث سبک زندگی، معادل «Life-Style» است. مدتی است که در گفتگوهای ما هم، این بحث تکرار می‌شود و در کلام بزرگان نیز می‌آید. این عبارت، سابقه قابل توجهی در روان‌شناسی دارد. البته این مطلب به روان‌شناسی، محدود نمی‌شود و بیش از روان‌شناسی در بحث‌های پزشکی و جامعه‌شناسی هم وجود داشته است.

در پزشکی، بیشتر، سبک زندگی را متناسب با عادات‌های غذایی، بهداشت و مسائلی از این قبیل می‌گیرند و این بحث، بیشتر ناظر به ابعاد جسمانی، تغذیه، بحث‌های بهداشت و این‌گونه مسائل است.

سبک زندگی در جامعه‌شناسی، بحث‌های خودش را دارد و در ارتباط با نهادهای اجتماعی است؛ ولی در روان‌شناسی، وقتی بخواهیم این بحث را پی‌گیری کنیم، زیرساختش به شخصیت برمی‌گردد؛ یعنی آن چارچوبی که در بحث‌های شخصیت مطرح شده است. بر اساس آن، نوع شخصیت افراد، متفاوت است و متناسب با آن، سبک زندگی متفاوتی خواهند داشت که در قسمت‌های بعد توضیح خواهم



داد. اگر بخواهیم درباره سبک زندگی، فارغ از این رویکرد صحبت کنیم، می‌توانیم بگوییم سبک زندگی در حقیقت، الگوهای رفتاری یک فرد بر اساس بینش‌ها، نگرش‌ها، گرایش‌ها و باورهای بنیادی خودش در زندگی است؛ یعنی در حقیقت، صبغه سبک زندگی، یک صبغه رفتاری، عینی و ملموس است که مبتنی بر بعضی باورهای بنیادی، نگرش‌ها و بینش‌های زیرساختی است؛ ولی صبغه سبک زندگی، به طور عمده، جنبه رفتاری دارد. ملموس است و به طور عمده، مشاهده می‌شود که اینها در ابعاد مختلف مانند سبک زندگی در تغذیه، کار، پوشاک، ارتباطات با دیگران، علائق دینی و علمی و سایر موارد می‌تواند ظهور پیدا کند.

- با این قیودی که فرمودید ما نمی‌توانیم امور درونی مانند سبک تفکر و اندیشیدن را سبک زندگی نامیم؛ زیرا سبک زندگی، طلق این تعریف، ناظر به جنبه رفتاری و بیرونی افراد است؛ درحالی‌که در برخی مباحث و منابع سبک زندگی عربی، کتاب‌هایی با نام سبک تفکر، سبک زندگی تفکر و سبک اندیشیدن وجود دارد اگر منظور از سبک زندگی در تعریفی که فرمودید، جنبه بیرونی رفتاری آدمی باشد؛ بنابراین اموری درونی مثل سبک تفکر و یا اخلاق فردی و سوادهای درونی اخلاقی، نمی‌تواند جزو سبک زندگی اسلامی باشد.

این امور می‌تواند زیرساخت سبک زندگی باشد؛ ولی ما اینها را سبک زندگی نمی‌دانیم. وقتی Style Life محورها، پارامترها و مؤلفه‌ها یا عناصرش بیشتر، جلوه‌های بیرونی آن است و قطعاً نوع تفکر و روش‌های اخلاقی ما و همان‌طور که در بخش قبل عرض کردم سبک زندگی ما متأثر از جنبه‌های درونی و



نهادینه شده است؛ ولی خود اینها سبک زندگی حساب نمی‌شود و جنبه‌های بنیادهای سبک زندگی هستند.

- با توجه به تعریفی که فرمودید، فرض کنید کسی هست که در تمام زندگی‌اش، جلوه بیرونی رفتارش، جلوه خیلی خوبی دارد؛ ولی در حقیقت، هیچ اعتقادی به آن ندارد؛ یا به علت برخی شرایط که آن شرایط تا انتهای زندگی‌اش پابرجاست، به صورت ریاکارانه، آن رفتار را از کودکی برآمده می‌دهد. رفتار این فرد، در خانه و در خلوت، یک‌طور دیگر است؛ ولی همیشه در بین مردم و در منظر مردم، یک سبک دیگری رفتار می‌کند؛ آیا این رفتارهای بیرونی را می‌شود سبک زندگی نامید؟

درباره این مشکلی که مطرح کردید دو پاسخ به نظرم می‌رسد:

اول اینکه، این‌گونه افراد تا کجا می‌توانند بر این ظاهرسازی یا رفتارهای تصنعی، تحفظ داشته باشند؟ نمایش این رفتارها در مقابل

برخی از افراد جامعه، مانند رئیس فرد یا فردی که از لحاظ اجتماعی، اشراف و سلطه‌ای بر او دارد، ممکن است؛ ولی در مقابل همکارش، آیا می‌تواند همیشه به این صورت باشد یا در خانواده‌اش باز همین‌طور است؟ کسی که اهل نماز نیست در خانه‌اش این‌طور نخواهد بود. ما مجموعه اینها را سبک زندگی می‌گوییم، نه فقط اینکه شما فقط ده درصد از این رفتارهای بیرونی را در نظر بگیرید و بیان کنید. دوم اینکه این‌گونه افراد در مدت محدودی می‌توانند این فشار را تحمل کنند و رفتار متظاهرانه و منافقانه را از خود بروز دهند؛ زیرا قاعده‌ای به نام «قاعده هماهنگی‌شناختی فستینگر» داریم.

بر اساس این قاعده، ما از نظر ذهنی نمی‌توانیم به صورت متعارض، فکر و عمل کنیم؛ یعنی یک‌طور دیگر فکر کنیم و به صورت دیگری عمل کنیم. این ما را اذیت می‌کند؛ یعنی مثل یک جوجه‌تینی نیستیم که هر کدام از تیغ هایمان به یک سمتی برود؛ بلکه جهت‌گیری‌های ما باید همسو باشد. البته، مدتی می‌توانیم خود را مراقبت کنیم؛ ولی این رفتار در طول زمان، خودش را نمود می‌دهد و بازتاب خارجی هم خواهد شد.

- بیرو مطلب قبلی که فرمودید، این سؤال به ذهن می‌رسد که وقتی سبک زندگی، ناظر به جنبه بیرونی رفتار آدمی باشد، رابطه‌اش با اخلاقی فردی چه می‌شود؟ به صورت واضح و مشخص فرمایید که رابطه بین اخلاق و سبک زندگی با توصیفی که شما از سبک زندگی داشتید چیست؟

درباره اخلاق با تعریفی که از اخلاق داریم، باید گفت که شامل دو بخش می‌شود. طبق تعریف امروزی، از یک جهت، صفات و ملکاتی است

که متولی فضایل و رذایل اخلاقی هستند و از طرف دیگر، شامل رفتارهای اخلاقی می‌شود؛ یعنی هم ملکات، که این را اخلاق می‌گوییم؛ مثل شجاعت، سخاوت، عفت و چیزهای دیگر که در جهت منفی و مثبت هست. اینها ملکات هستند و جنبه شخصیتی دارد یا رویکردی که ما در شخصیت داریم به آن رویکرد صفات می‌گویند که بخشی از آن صفات اخلاقیه می‌شود. اینها زیرساختی‌تر است. یک بخش دیگر، جنبه‌های رفتاری است؛ مانند اینکه انسان دروغ بگوید یا راستگو باشد یا بخشنده باشد، یا عمل شجاعانه داشته باشد یا چیزهایی از این قبیل. اینها جنبه‌های عملی و رفتاری در ارتباط با دیگران است. بر این اساس، وقتی می‌گوییم سبک زندگی، آن بخشی که نمود رفتاری دارد، اخلاقی نیز بخشی از سبک زندگی می‌شود؛ یعنی از این جهت، سبک زندگی، کاملاً آن بخش‌های اخلاقی را در بر می‌گیرد. اصلاً اینها جزو سبک زندگی هستند. بنیادهایش و ملکاتش جنبه‌های شخصیتی دارد.

اولین کسی که به لحاظ تاریخی، از جنبه روان‌شناختی به سبک زندگی پرداخته، آدلر است. بفرمایید که آدلر، چگونه این مفهوم را در روان‌شناسی خودش وارد کرده و منظورش از سبک زندگی و تعریفش چه بوده است؟

قبل از پاسخ، برای مقدمه می‌خواهم مقداری به این بحث بپردازم که بحث از سبک زندگی در روان‌شناسی قبل از آدلر، چه وضعیت و جایگاهی داشته است. این بحث در روان‌شناسی به آدلر، محدود نمی‌شود؛ یعنی کسانی که بحث شخصیت را مطرح کردند، هر یک به گونه‌ای به این بحث پرداختند. یکی از این افراد، آلپورت است. این شخص در این بحث، وارد شده و از عنوان سبک زندگی استفاده

نکرده است؛ ولی این بحث را با عنوان «توع زندگی» یا «نمود شخصیت ما در زندگی» آورده است.

فرد دیگر «اریکسون» است. این دو نفر را علاوه بر آدلر می‌توانیم نام ببریم که به موضوع سبک زندگی پرداخته‌اند. آلپورت، این بحث را مطرح می‌کند که در زندگی افراد، یک جهت درونی سو و یک جهت بیرونی سو در زندگی ما این جلوه‌اش را در زندگی ما نشان می‌دهد. کسانی که دینداری‌شان درونی سو یا درونی است، دین را نه برای فواید دیگر، بلکه برای خود دین می‌خواهند؛ به همین دلیل از نظر زندگی، افراد آرام و باوقاری هستند و آرامش بیشتری دارند. برعکس کسانی که بیرون سو هستند، دین را برای منافع بیرونی، مناصب اجتماعی، جایگاه اجتماعی و از این قبیل می‌خواهند. اینها از نظر زندگی هم آن بهداشت روانی و آرام را ندارند. این یک بحثی است که از نظر شخصیت سبک زندگی با شخصیت افراد و نوع تفکر و جهت‌گیری درونی یا بیرونی مذهبی که فرد در سبک زندگی‌شان انتخاب کرده است، ارتباط پیدا می‌کند.

رتال جامع علوم انسانی

اصل حرفه این است که وقتی می‌خواهیم سلامتی یا سنجیم، گروه سینه می‌گیریم و جامعه را این گونه می‌سنجیم. یونگ جزو اولین کسانی بود که با این نگاه مخالفت کرد و می‌گفت ما باید صرفاً انسان‌ها را از دست بدهیم.

اریکسون بحث را در حقیقت در طول عمر در نظر می‌گیرد و سبک زندگی افراد را مطرح می‌کند و آن را در هشت مرحله، از کودکی تا سالمندی متمایز می‌سازد. در هر کدام از این مراحل هشت‌گانه، سبک زندگی فرد، بین دو نمود کاملاً متمایز قرار دارد؛ مثلاً بین ناامیدی و فرزانتگی، کسی که زندگی‌اش را خوب طی کرده و از زندگی‌اش در گذشته راضی باشد، در دوره سالمندی، از ۶۰ سالگی به بعد، حالت فرزانتگی دارد؛ یعنی فردی است که الگو برای دیگران است، می‌تواند منشأ خلاقیت برای دیگران باشد و دیگران را راه بیندازد. این یک الگو از سبک زندگی افراد است.

الگوی دیگر، فردی است که به هیچ‌کدام از اهدافش نرسیده است و دچار افسردگی و ناکامی می‌شود و همه نگاهش به گذشته، پر از افسوس است و این، یک نوع از سبک زندگی است. این را در غیر سالمندی مطرح می‌کنند و در هر هشت مرحله، بین دو الگوی مختلف سبک زندگی اریکسون، مطرح شده است.

آدلر، بحث Life Style را مطرح می‌کند و بحث‌های مفصلی را در این زمینه می‌آورد. نظریه وی، این است که سبک زندگی مانند درخت در انسان است. درخت‌های است که سه بخش ریشه، بدنه و ساقه دارد. ریشه در حقیقت، باورهای بنیادین ماست. بدنه، نگرش‌های کلان ما و ساقه، رفتارها و جنبه‌های عملی کوچک زندگی ماست. اینها یا یکدیگر ارتباط دارند. رفتارها، گفتار و کارکردهای ما در زندگی در ابعاد مختلف از آن بدنه نشأت می‌گیرد. این بدنه از ریشه تأثیر می‌گیرد و بر یکدیگر تأثیرگذار می‌گذارد. اینها منبعث از یکدیگر و مبتنی بر یکدیگرند تا به آن ریشه‌های بنیادین می‌رسیم.



می‌کند؛ ولی اگر در باورهایش، آن باورش یک مقداری مشوب به غیر ایمان باشد و مسائل دیگر را دخالت بدهد، خدا هست؛ ولی چیزهای دیگری هم هست و این است که در نمود بیرونی‌اش، گونه دیگری می‌شود.

سایا این همان است که در روایات بیان شده، اگر بردبار نیستید، خود را به بردباری بزنید؟

نه. ببینید روایتی که می‌گوید: «ان لم تکن حلیمًا فتحلم» که ما موارد زیادی داریم. این است که بر اساس این قاعده رفتاری که باطن بر ظاهر تأثیر می‌گذارد، رفتار هم بر باطن تأثیر می‌گذارد؛ مثل نماز خواندن است؛ مثل کسی که اول کار مسلمان می‌شود، میزان ایمانش پایین باشد؛ اما با مداومت بر نماز خود این اعتقاد افزایش پیدا می‌کند؛ یعنی رفتارهای ظاهری بر ایمان تأثیر دارد. این به معنای آن نیست که یک کار منافقانه باشد؛ یعنی الان این چشمه، هنوز در وجودت نیست، آن قدر آب می‌ریزی تا کم‌کم، چشمه به جوش می‌آید.

یک موقع، این است که بار ارزشی به این رفتارهای دوگانه می‌دهیم. در این صورت می‌توانیم در بحث سبک زندگی نیز وارد شویم؛ یعنی کسی که می‌آید خودش را کنترل می‌کند و یک طور دیگر وانمود می‌کند، این را در آنجا داریم؛ ولی حالا از نظر آنها این رفتار در حقیقت، رفتاری منافقانه نیست، این برآیند از مجموعه همان باورهای او می‌شود؛ در عین حالی که یک باور دارد؛ مثلاً باورش این است که من باید در زندگی خودم، مذهبی باشم، یک باور دیگر در کنارش دارد که یک مقداری مخفی‌تر است و آن باور، این است که گاهی از مواقع برای منافع مهم‌تر یا مسائل مهم‌تر می‌تواند نمود مذهبی نداشته باشد. برآیند این دو باور است که این را نشان می‌دهد. اصلاً به این معنا ما در بحث روان‌شناسی، رفتار منافقانه نداریم؛ یعنی همیشه رفتارهای ما منبث از باورهای ما است. باور فردی که خالصاً ایمان به خداوند دارد، در رفتارش هم همان‌طور عمل

آدلر به همین علت در حقیقت، سبک زندگی را این‌گونه مطرح می‌کند و می‌گوید: با توجه به باورهای بنیادی فرد و نگرش‌های کلانش، مثلاً اینکه در زمینه مسائل اقتصادی، ازدواج کردن و شغلی که انتخاب کرده، بر آن اساس شکل می‌گیرد. بعد در چیزهای جزئی‌تر می‌آید؛ مانند پوشاک، گفتار، نوع تغذیه، خواب و رفتارهای جزئی‌اش که میکرو رفتارها است. اینها بر اساس آن نوع نگرش‌ها شکل گرفته است. کاملاً با یکدیگر تعامل دارند؛ مثلاً نگرشی که به اشتغال دارد با نگرشی که به اقتصاد، فرهنگ، ازدواج و دین دارد، اینها کاملاً با یکدیگر تعامل دارند و رفتارهای نهایی را می‌سازند.

– بنابراین بر اساس مفهومی که سبک زندگی آدلر می‌گوید، رفتارهای منافقانه، سبک زندگی محسوب نمی‌شود؟

اگر بخواهیم بحث شما را تحلیل روان‌شناختی کنیم، این را به دو صورت می‌توانیم بگوییم.



- روان‌شناسی آدلر تحت عنوان روان‌شناسی فردی، معروف است. واژه فردی، این تصور را به وجود می‌آورد که گویی آدلر به روان‌شناسی اجتماعی توجه نداشته است. آیا این تلقی را درست می‌دانید؟

دو نکته در این تلقی وجود دارد که اگر بخواهیم این را خوب تبیین کنیم، لازم است بحث یونگ را قبل از آن توضیح بدهیم. یونگ در بحث روان‌شناسان با اینکه خودش، نگاه روانکاوی دارد و به نحله مکتب تحلیل‌گری تعلق دارد؛ اما به یک نوع تفرد و فردی‌نگری قائل است.

اصل حرف، این است که وقتی می‌خواهیم مسأله‌ای را بسنجیم، گروه نمونه می‌گیریم و جامعه را این‌گونه می‌سنجیم. یونگ جزو اولین کسانی بود که با این نگاه مخالفت کرد و می‌گفت: ما نباید تفرد انسان‌ها را از دست بدهیم. این فردیت، یک بحث مفصل دارد و فرصت نداریم به آن و روان‌شناسی یونگ بپردازیم.

اینجا به تبیین مبانی نیاز دارد تا ببینیم فرد - چطور به فردیت می‌رسد. نیمه اول عمرش و نیمه دومش چیست؟ بامداد و شامگاه چیست؟ نگاهش این است که آدم‌ها خودشکوفایی و بلوغشان این است که به آن فردیت برسند.

حالا آدلر در این فضا است که در حقیقت می‌خواهد بگوید ما به تمایز انسان‌ها اهمیت می‌دهیم و روان‌شناسی هر انسانی را به طور مستقل، بررسی می‌کنیم و ویژگی‌هایش را استخراج کنیم تا در حقیقت، او را خوب بفهمیم. روان‌شناسی فردی این است که در عین نفی‌نکردن مشترکات، باید به تمایزها و ویژگی‌های اختصاصی هم توجه کنیم تا روان این انسان را بفهمیم و سبک زندگی‌اش را درک کنیم.

- طبق برخی منابع روان‌شناسی، روان‌شناسی فردی یا فردیت یک شخص به این معناست که یک فرد را باید یک کل به هم پیوسته در نظر گرفت و نباید سبک زندگی‌اش را بر اساس

تک‌های جدا از هم در نظر گرفت. آیا این تعبیر، درست است؟

بخشی از آن را می‌رساند. در حقیقت ما در روان‌شناسی فردی دو بخش داریم: یک بخش آن، که ناظر به تمایز با دیگران است، آن بخش بود که من عرض کردم؛ یعنی باید به تمایزات و اختصاصات فرد در مقایسه با دیگران توجه کنیم. این یک بخش بیرونی است؛ یعنی برویم تمایزش را با دیگران در نظر بگیریم؛ اما درباره خود فرد، چه کار باید کرد؟ درباره خود فرد، باید گفت که فرد، مجموعه اجزای تکه پاره نیست. باید یک نوع یکپارچگی، وحدت و هویت واحد درباره او قائل شویم که آن کلیت یا چیزی که شما فرمودید این را در حقیقت می‌رساند. باید او را یکپارچه در نظر بگیریم که اجزایش متصل به هم باشد.

معمولا این مثال را می‌زنند که می‌گویند در حقیقت، فرض کنید که این باز در دیدگاه گشتالت در روان‌شناسی هست که اگر بخواهیم

تصور کنیم که گردباد را، ذره‌ها و قطرات آن در نظر بگیریم، هیچ وقت مفهومی از گردباد برای ما شکل نمی‌گیرد. یا اگر گردآب را بخواهیم که مجموعه قطرات آبی است که دور هم می‌گردد، حال اگر اینها را جدای از هم در نظر گرفتیم، هیچ وقت مفهوم گردآب را نمی‌فهمیم. پس گردآب، مجموعه قطرات نیست. این یک چیز اضافه بر آن است. $A+C+D$ صرفاً جمع این اجزا نیست. علاوه بر جمع، خود این شکل و هویت کلی اینها، معنای جدیدی را تولید می‌کند.

بخت از معنای زندگی چیست؟ چه ارتباطی با سبک زندگی دارد؟

سبک زندگی در یک حلقه‌ای از حلقه‌های سه گانه باید توجه شود. در مباحث سبک زندگی، اگر یک حلقه میانی به نام سبک زندگی (Style Life) وجود دارد، قبل از آن معنای زندگی (Meaning Life) قرار دارد و بعد از آن، لایه‌ای رویین به نام شیوه زندگی ((Skill Life قرار دارد. در مرحله اول باید معنای زندگی را روشن کنیم که ناظر به چرایی زندگی است. چرا باید زندگی کنیم؟ زندگی امری مستمر و یک جریان است؛ اما چرا این زندگی را نباید قطع کرد؟ پس اول باید معنای زندگی ترسیم شود، حالا که فهمیدیم چرایی زندگی روشن می‌شود.

مرحله دوم، ناظر به چستی زندگی است. زندگی چیست؟ زندگی مطلوب ما چیست و زندگی موجود ما چیست که به بحث سبک زندگی برمی‌گردد. مرحله بعد لایه سوم بحث است که ناظر به چگونگی زندگی است؛ یعنی اینکه ما چگونه آن سبک مطلوب را برای خودمان ایجاد کنیم؟ اگر من در سبک زندگی به این نتیجه رسیدم که می‌خواهم رابطه خوبی

با افراد داشته باشم، سبک زندگی من، یک سبک زندگی آرامی باشد که تجویزی می‌شود راه‌ها و روش‌های به دست آوردن آن چیست؟ اسکیل‌ها یا مهارت‌هایی که من را به آن می‌رساند چیست؟ در حقیقت اینها در روان‌شناسی بحث می‌شود که این سومی از جنس «Learning How» است؛ مثل رانندگی کردن و شنا کردن که جنبه مهارتی دارد.

فرمودید در حقیقت در سه بافت، سبک زندگی مطرح شده است: روان‌شناسی، اجتماعی و مباحث پزشکی و بهداشتی. آیا رویکرد دینی را هم می‌توان به عنوان رویکرد چهارمی در مباحث سبک زندگی وارد کرد و گفت: در عرض این سه تا رویکرد است یا در ذیل یکی از اینها یا مجموعه‌ای از اینهاست؟ به عبارت دیگر، بالاخره کسی که سبک زندگی دینی دارد یا از بعد رفتارهای او بعد روان‌شناسی در نظر می‌گیریم و تحلیلی می‌کنیم یا از بعد اجتماعی یا بالاخره دارد مسائل بهداشت و تغذیه و محیط زیستی را داریم مطرح می‌کنیم که دین هم اتفاقاً در این سه تا نظر دارد.

درباره این سؤال می‌توانیم دو پاسخ بدهیم: یکی اینکه در حقیقت، بحث را جزءنگرانه ببینیم. یک جواب، این است که دین قطعاً یک سبک زندگی متمایزی دارد. دین آمده است تا سبک زندگی و برنامه زندگی خاصی را برای افراد به وجود بیاورد؛ از خوابیدن بگیرد که می‌گوید قبل از خواب، فلان عبادت و در بین شب، نماز شب بخوان و روزانه، این مقدار را به عبادت بگذران و یا نوع تغذیه که باید‌ها و نباید‌هایی درباره این داریم و محدودیت‌هایی را برای رابطه جنسی قائل می‌شود که همه اینها ناظر به سبک زندگی است.

با توجه به این نکات، در اینکه دین قطعاً سبک

زندگی خاصی را دارد شکی نداریم؛ اما اینکه بیاییم و بگوییم در عرض آنها می‌شود، این درست نیست؛ بلکه می‌توانیم بگوییم آن اجزا و ابعاد سبک زندگی که دین بیان می‌کند را می‌توانیم با تحلیل روان‌شناسانه و جامعه‌شناسانه کاوش کنیم. البته نمی‌خواهم بگویم که این سبک ارائه شده از ناحیه دین را به روان‌شناسی یا جامعه‌شناسی تقلیل بدهیم. قطعاً یک سبک زندگی ویژه است که ممکن است تمام آن را روان‌شناسان نگفته باشند، جامعه‌شناسان نگفته باشند؛ ولی با تحلیل‌های روان‌شناختی و جامعه

اگر من در سبک زندگی به این نتیجه رسیدم که می‌خواهم رابطه خوبی با افراد داشته باشم، سبک زندگی من، یک سبک زندگی آرامی باشد که تجویزی می‌شود.

جامعه‌شناختی می‌توانیم آن را تحلیل کنیم و عناصر و اجزایش را به دست بیاوریم. با توجه به نگاهی که در دین اسلام داریم که یک نگاه اجتماعی و کل‌نگرانه دارد و خیلی وسیع است، رفتارهای دینی و عقاید دینی به هیچ وجه به یک نگاه روان‌شناسانه یا حتی جامعه‌شناسانه تقلیل نمی‌یابد؛ بلکه پوشش وسیعی از سبک زندگی را ایجاد می‌کند. این سبک زندگی در ابعاد فردی، خانوادگی و اجتماعی است و در بعد غیر فردی‌اش، ابعاد اقتصادی، سیاسی و فرهنگی است و خیلی ابعاد وسیعی دارد؛ یعنی حتی در ابعاد سیاسی، نوع تعامل‌های ما را با حکومت‌ها، مردم، حاکمان و

چیزهای مختلف، بیان، و سبک زندگی خاصی را تجویز می‌کند.

وضعیت موجود سبک زندگی ایرانیان به چه صورتی است و چه وضعیتی دارد؟

ملاک ما برای داوری در این قسمت، آن است که اگر معیارهای سبک زندگی، دینی و اسلامی باشد، ارزش‌ها و به هر حال مقیاسمان را آنجا قرار بدهیم و قضاوت کنیم. البته اینکه درباره هر کدام از ابعاد سبک زندگی، داوری علمی داشته باشیم، نیاز به کار میدانی دقیق است. در این زمینه، قضاوت علمی و دقیقی نمی‌توانیم بکنیم؛ اما می‌توانیم حدس بزنیم که حداقل بخشی از این موارد که در سخنان مقام معظم رهبری اشاره شد، جزو مواردی است که فاصله زیادی با سبک زندگی مطلوب داریم؛ مثلاً سبک زندگی ما در روابط اجتماعی، نوع ارتباط کلامی و غیر کلامی و ادب و احترامی که به یکدیگر می‌گذاریم، آیا واقعا این‌طور است؟

یک نمونه‌اش را می‌خواهم بگویم که تازه یک بخشی از آن نمود پیدا می‌کند، در رانندگی است که احترام و حرمتی برای دیگران قائل نیستیم. وقتی دو نفر در آسانسور قرار می‌گیریم و کنار هم قرار می‌گیریم، تعارف می‌کنیم؛ ولی اگر این دو نفر پشت فرمان بنشینند، کوچک‌ترین حق تقدیمی را برای یکدیگر قائل نیستند؛ چرا؟ این در روان‌شناسی تحلیل شده است. بخش این است که هر چه فاصله ما از یکدیگر زیادتر می‌شود، جنبه‌هایی که برای دیگران، حرمت قائل می‌شویم، کاهش پیدا می‌کند. چرا این‌طوری است؟ این نشان می‌دهد که این امور برای ما درونی نشده است. واقعا جزو باورهای ما نیست و نهادینه نشده است و از درون ما سرچشمه نمی‌گیرد؛ حتی همان

تعارفی که مثلاً می‌گوییم شما بفرمایید و احترام به یکدیگر می‌گذاریم، ظاهری و پیش‌پا افتاده است و در این موارد اشکال‌های جدی داریم.

د و ا ب ط
عاطفی ما با مادر، پدر، فرزندان و همسر، با آنچه خود بنده در بعضی کشورهای دیگر دیده‌ام، قابل مقایسه نیست. بحث خانواده در خیلی از کشورهای اروپایی واقعا امر از هم گسسته‌ای است.

الان فهرست‌وار بعضی‌هایش که در حافظه‌ام هست را عرض می‌کنم؛ به‌ویژه برای روابطی که بین یکدیگر داریم، به خصوص بحث‌های خشونت و پرخاشگری و اینها بحث‌هایی جدی است. این مسأله در روابط خانوادگی ما نمود پیدا می‌کند، روابط با فرزندان نمود پیدا می‌کند و اینها بحث‌هایی است که بخشی به ارتباط کلامی یا غیر کلامی در روابط اجتماعی ما برمی‌گردد. یک طیف وسیعی از مشکلات را در این قسمت داریم. بحث دیگر، بحث تغذیه است که تغذیه ما طبق سبک زندگی که داریم، خیلی مشکلات دارد؛ یعنی زیاده‌خواری و هرزه خواری؛ مثلاً آجیل‌خوری و چیزهای زایدی که می‌خوریم، حجم غذایی که مصرف می‌کنیم، غیرسودمند بودن غذاهایی که مصرف می‌کنیم، اینها به بررسی نیاز دارد و در بحث تغذیه ما هم این بحث وجود دارد.

درباره پوشاک، مشکلات ما کمتر است؛ البته یک گروه از جوان‌های ما مسائلی دارند که باید به آنها بپردازیم. آرایش ظاهری ما هم همین‌طور است که اینها می‌تواند مورد توجه قرار

بگیرد. سبک زندگی ما در محیط کار و در نوع کار کردن و تعهد در کار کردن، از مشکلات جدی ما است. در بحث خواب که به بررسی نیاز دارد، در روابط جنسی و لذت‌های فردی هم باید بتوانیم اینها را بررسی کنیم؛ یعنی زیاده‌طلبی که در این قسمت‌ها داریم، ناشی از چیست؟ چرا یک ایرانی در محیطی که از ایران خارج می‌شود، رفتارهای کاملاً متفاوتی انجام می‌دهد؟ چرا این‌طور است؟

قطعاً می‌توانیم بگوییم وضعیت سبک زندگی ما در حال حاضر، وضعیت مطلوبی ندارد. البته نقاط مثبتی داریم؛ مثلاً در ابعاد عبادی، به خصوص نمودهایی که در ماه رمضان و اعتکاف می‌بینیم، اینها نمونه‌های قابل توجه و تأمل و مسائل ارزشمندی است. در بحث‌های علمی می‌بینیم که در یک بخش محدودی از جامعه، واقعا مجاهدت‌های علمی وجود دارد که از نظر علمی در این بخش از جامعه ما، در بین کشورهای جهان، مزیت‌های خوبی وجود دارد. اینها جزو سبک زندگی ماست که باید به آنها توجه کنیم.

روابط عاطفی ما با مادر، پدر، فرزندان و همسر، با آنچه خود بنده در بعضی کشورهای دیگر دیده‌ام، قابل مقایسه نیست. بحث خانواده در خیلی از کشورهای اروپایی واقعا امر از هم گسسته‌ای است. الان نهاد پابرجایی برایش وجود ندارد؛ ولی در کشور ما هنوز می‌توانیم بگوییم وجود دارد؛ با اینکه مخاطرات جدی در این ۱۵-۱۰ سال اخیر برای آن به وجود آمده و این است که نقاط مثبت سبک زندگی را باید بدانیم.

گفته می‌شود سبک زندگی ما در حال حاضر، مطلوب نیست. این مطلب، این سؤال را به ذهن متبادر می‌کند که در گذشته، سبک

سبک زندگی ما خوب بوده است؟ آیا سبک زندگی خوبی در ۱۰۰-۳۰-۴۰ سال گذشته یا قرن‌های گذشته داشته‌ایم؟ آیا ایرانیان، سبک زندگی اسلامی خوبی داشته و الان از این امر فاصله گرفته‌اند؟ یا منظور، این است که سبک زندگی ما در مقایسه با سبک زندگی توصیه شده در قرآن و روایات، خوب نیست؟ آنکه قطعی است در مقایسه با معیار مطلوب است؛ یعنی اگر آن معیار قضاوت را بگیریم و بگوییم در مقایسه با آن معیار، وضعیت فعلی ما مطلوب نیست و با آن فاصله داریم و باید مرتب تلاش کنیم تا به آن برسیم؛ ولی حتی در مقایسه با گذشته، بعضی آسیب‌ها و تفاوت‌ها را می‌بینیم؛ یعنی آرامشی که در گذشته داشته‌ایم، انسان‌دوستی، روابط عاطفی و معاشرت اجتماعی در گذشته، خیلی بیشتر بوده است. غذا، تغذیه و خواب سالم، خیلی بیشتر و بهتر بوده است؛ حتی در مقایسه با معیارهای خودمان، در این ۵۰ یا ۱۰۰ سال گذشته افت کرده‌ایم. البته می‌توان درباره عواملش بحث کرد.

— آیا با توجه به اینکه این آیات و روایات برای ۱۴۰۰ سال پیش بوده است، می‌توان سبک زندگی کنونی را از آنها استخراج کرد؟ منظورم این است که وضعیت فعلی ما با سبک زندگی توصیه شده در ۱۴۰۰ سال پیش، تناسبی دارد؟ وقتی می‌خواهیم سبک زندگی را از آیات و روایات استخراج کنیم، باید به چند قاعده توجه کنیم. آیا دین درباره تک‌تک رفتار و اعمال ما می‌خواهد ورود پیدا کند یا نه؟ این یکی از بحث‌هایی است که باید به صورت یک پیش فرض روشن کنیم. این چیزی است که شهید صدر تحت عنوان منطقه الفراغ یا قاعده برائت بیان می‌کند؛ یعنی در چیزهایی که تکلیفی

تکلیفی نداریم، اصل بر برائت است. محدودیت‌ها و حرمت‌ها موارد خاص و محدودی هستند. برای اینکه بخواهیم درباره سبک لباس پوشیدن، آرایش و... نظر بدهیم، اول باید ثابت کنیم که آیا دین برای همه اینها حرفی دارد؟ یعنی آن چیزی که در فقه از آن یاد می‌کنیم که هر فعلی از انسان، دارای یک حکمی است؛ البته آنجا که حکمی گفته می‌شود، نه فقط حکم واجب و

و حرام، بلکه می‌تواند حکم اباحه باشد. ما ممکن است بباییم و بگوییم خیلی از این موارد، اباحه است. درباره رنگ لباس، پوشش و اینها چیزی نداریم. البته مواردی است که بر آن نص داریم و نمی‌خواهیم از آنها تخطی کنیم؛ مثل حجاب برای خانواده که حداقل‌هایی وجود دارد؛ اما از این حداقلی که گذشتیم، نوع رنگ لباس، اینکه آن را چطور بپوشیم و اندازه و شکلش چطور باشد، آیا اینها را باید در حیطه دینی بحث کنیم؟ اینها جزو مباحثی است که باید پیش فرض بحث باشد؛ مخصوصاً بحث منطقه الفراغ. اینها چیزهایی است که به‌سادگی نمی‌شود مشخص کرد و باید بحث‌های جدی داشته باشیم تا نسبت سبک زندگی را با بحث آیات و روایات مقایسه کنیم. این یکی از قواعد مهم است که باید به آن ورود کنیم. عرض اولی بنده بیشتر درباره مثلا حرام و واجب است که این را گفته انجام نده؛ مثلا در سبک تغذیه جزو ضروریات ما است که شراب‌خوردن و خوردن گوشت خوک، ممنوع است و اینها روشن است. درباره پوشاک یک حداقلی را درباره حجاب

خانم‌ها داریم که اینها را تحت عنوان واجب و حرام، منع کرده و اینها روشن است؛ اما از اینجا که رد شدیم، به منطقه‌ای می‌رسیم که به قول شهید صدر، منطقه الفراغ است؛ ولی از دیدگاه های فقهی، خودمان از یک عموماتی استفاده می‌کنیم که چارچوب‌هایی را برای ما روشن کرده است؛ مثلا فرض کنید که ممکن است در جامعه، بگوییم این را صریح نگفته باشد؛ ولی ما این را می‌فهمیم که باید روابط بین انسان‌ها به

گونه‌ای باشد که خانواده، متزلزل نشود. ما ممکن است منعی درباره اشتغال زنان نداشته باشیم. حالا مشاغلی که حرام و مکروه است را کنار بگذاریم؛ بقیه، جایز است؛ اما الان می‌خواهیم درباره سبک زندگی خانم‌ها صحبت کنیم؛ یعنی زنان دوشادوش مردها می‌توانند بیرون بروند و کار کنند. این با عمومات و قواعد کلی نمی‌سازد. می‌بینیم همسررداری و تربیت فرزند با اشتغال تعارض پیدا می‌کند. پس درباره اشتغال زنان، حداقل ممکن است از این الگو عدول کنیم و بگوییم اشتغال نیمه وقت با سبکی از زندگی که اسلام درباره زن‌ها تجویز می‌کند، تناسب بیشتری دارد. این هم یک بحث است.

بحث دیگر این است که باید این مورد را بر زمان خودمان تطبیق کنیم؛ یعنی از برخی قواعد کلی عمومات و اصولی که داریم، استفاده کنیم: «علینا بالقاء الاصول و علیکم بالتفریع»، شامل این موارد هم می‌شود چطور است که در مسائل مستحدثه مانند بانکداری، بیمه، تلقیح مصنوعی، ماهواره و اینها فقه ما

وارد می‌شود؟ در سبک زندگی هم باید از عموماً و قواعد کلی استفاده کنیم و مطالب را بر زمان تطبیق دهیم.

البته در تطبیق بر زمان، برخی قواعد دیگر مخصوصاً تفاوت بین نسل‌ها را باید ملاحظه کنیم. نکته‌ای که اینجا می‌خواهم بگویم که تازگی دارد، روایتی است که امیر المؤمنین (ع) می‌فرمایند: «لا تقسروا اولادکم علی آدابکم فانهم مخلوقون لزمان غیر زمانکم». روایت، عجیب است. می‌گوید من با عنوان پدر نباید نوع لباسم را به فرزندم تحمیل کنم. این کار درست نیست؛ چون آنها «مخلوقون لغیر زمانه» هستند؛ یعنی در زمان دیگر به دنیا آمده‌اند. خود تفاوت زمان، یک چیز است. پس در آن قسمت‌های منطقۀ الفراغی که ما گفتیم، اصلاً باید یک مقدار تفاوت‌ها را در الگوهای رفتاری اجازه بدهیم؛ یعنی اگر خواستیم جزم‌گرای داشته باشیم، نمی‌شود؛ یعنی نباید سبک زندگی خودم که به نسل قبل مربوط است را برای فرزندان و نسل‌های بعدی نیز تجویز بکنم. این کار با شکست روبه‌رو می‌شود طبق

فرمایش امیر المؤمنین (ع)، اینجا باید انعطاف پذیر باشیم.

وقتی این سبک زندگی در قسمت‌های ریشه‌ای بیاید، اشتراکات ما بیشتر می‌شود؛ یعنی در نگرش‌ها، باورها و بینش‌ها، تفاوت ما کمتر و اشتراکات ما بیشتر می‌شود؛ ولی در الگوهای رفتاری، اینجا مقداری تفاوت وجود دارد. امیر المؤمنین (ع) که می‌فرماید: «لغیر زمانکم»، زمان خودش در حقیقت، یک مجموعه‌ای از عوامل را شامل می‌شود که محیط است، وراثت است، اجتماع و نهادهای اجتماعی، رسانه و چیزهای مختلفی است که در زمان جدید به وجود می‌آید. ما این ارتباطات را نداشتیم. در زمان ما این مسائل نبود. با توجه به این سه - چهار نکته‌ای که گفتیم، سبک زندگی، قابل استنباط و استخراج از آیات و روایات است.

آقای دکتر به طور خاص و جزئی، مسئولان استخراج سبک زندگی اسلامی چه کسانی هستند؟

وظیفه اصلی در این قسمت بر عهده جاهایی است که با سیاست‌گذاری فرهنگی سروکار

دارند. مهم‌ترین آنها شورای انقلاب فرهنگی است که وظیفه اصلی‌اش سیاست‌گذاری فرهنگی است؛ ولی این شورا، نهادی است که خودش از صفر تا صد را آماده نمی‌کند؛ بلکه از حوزه‌های علمی، دانشگاه‌ها و نهادهای فرهنگی مربوط به این بحث باید بخواهد تا اینها را استخراج کنند و در چارچوب و بسته‌هایی در بیاورند که خود شورای عالی انقلاب یا نهادهایی که زیر نظر شورای انقلاب هستند، اینها را به سیاست، تبدیل و به جامعه ابلاغ کنند. همچنین نهادهایی مثل مجلس که سیاست‌گذارند، سیاست‌های کلی فرهنگی را در کمیسیون فرهنگی مجلس باید تصویب و ابلاغ کنند.

حالا آیا صرف ابلاغ و دستور، کار حل می‌شود؟ خیر. بلکه باید کار فرهنگی کرد تا به تدریج نهادینه شود و مردم در جامعه، برتری این سبک زندگی و مزیت آن را ببینند و به سمتش بروند.

اگر نکته دیگری مانده است، بفرمایید.

آخرین نکته‌ای که باید بر آن تأکید کنیم، این

است که سبک زندگی با الزام و اجبار نمی‌شود؛ همان‌گونه که قرآن می‌گوید: «لا اکراه فی الدین» به قول مرحوم علامه طباطبایی و به قول حضرت استاد جوادی آملی، دین یعنی یک نوع سبک زندگی. تعریف آیت‌الله جوادی آملی از دین، این است که دین، یعنی روش و برنامه زندگی. «لا اکراه فی الدین» یعنی ما در سبک زندگی نمی‌توانیم مردم را بگوییم؛ بلکه ما ابتدا باید بیاییم به صورت نظری، سبک زندگی مطلوب را برای مردم ارائه کنیم تا از نظر معرفتی، سطح آگاهی آنان بالا برود و سبک زندگی مطلوب را بفهمند.

در مرحله بعد سردمداران جامعه، مخصوصاً علما و بزرگان باید با عمل خودشان تبلیغ کنند که سبک زندگی اسلامی یعنی سبک زندگی برای زندگی سالم‌تر که برای خانواده‌ها بهتر و راحت‌تر است. بگویند خانواده اینجا پایدارتر است، روابط بین پدر و مادر و فرزندان، سالم‌تر است، این سبک زندگی موفق‌تر است. برای اهداف علمی بهتر است، آرامش بیشتر در این سبک زندگی است، توفیق مادی و معنوی بیشتری داریم. الگوها باید طبق «کونوا دعاة الناس بغير السنتکم» تبلیغ شود؛ یعنی بیایند اینها را در ویتترین بگذارند تا خود مردم آنها را ببینند و انتخاب کنند. من نمی‌گویم تبلیغ نشود، تبلیغ بشود؛ ولی الزام نشود. با الزام و اجبار نمی‌توانیم در تغییر سبک زندگی مردم، خیلی توفیق داشته باشیم. از همه روش‌های تبلیغی و ترویجی باید کمک بگیریم. بزرگان جامعه و علما با رعایت سبک زندگی اسلامی، باید نشان بدهند که این سبک زندگی، درست است. سپس مردم خودبه‌خود به سمتش می‌روند: «یدخلون فی دین الله اقواجا».



رتال جامع علوم انسانی

بی نوشت:

۱. تاریخ مصاحبه: ۱۱/۴/۱۳۹۳. مصاحبه‌کنندگان: آقايان حسن رضایی و عبدالرضا آتشین‌صدف.

آرزوی توفیق برای شما دارم، در این برنامه‌ای که در پیش گرفته‌اید و امیدوارم برای کار درباره چالش‌هایی که در این بحث مطرح شد، بستری پیدا بشود؛ مخصوصاً نقاط کوری که از جهت علمی دارد و نیاز به نشست‌های و بحث‌های جدی‌تری دارد تا یک مقداری باز شود.