

# سبک زندگی ایده‌آل در دستیابی به حیات طیبه با تأمل بر آموزه‌های اسلامی

تاریخ دریافت مقاله: ۹۳/۱۰/۱۰

تاریخ تأیید مقاله: ۹۴/۱/۹

کاظم منافی شرف‌آباد\*

الهام زمانی\*\*

علی مهدوی‌خواه\*\*\*

## چکیده

هدف اصلی این مقاله تبیین سبک زندگی ایده‌آل برای دستیابی به حیات طیبه با تأمل بر آموزه‌های اسلامی بوده و به روش توصیفی و از نوع تحلیل اسنادی با بهره‌گیری از متون دینی و آیات مقدس قرآنی نگاشته شده است. نتایج اصلی پژوهش نشان می‌دهد که خداوند متعال، سبک زندگی ایده‌آل اسلامی را به‌عنوان «حیات طیبه» مطرح می‌کند. حیات طیبه از هر ناپسندیدگی و بدی پیراسته است زیرا در محضر او و در مقام قرب خداوندی، که هدف عالی زندگی است، جایی برای این امور نیست. تکیه بر ارزش غایی زندگی - قرب الی‌الله و نظام معیار متناسب با آن یعنی میانی و ارزش‌های مقبول دین اسلام - از مشخصات اصلی حیات طیبه محسوب می‌شود زیرا با توجه به لزوم پذیرش ربوبیت خداوند متعال، به‌عنوان یگانه رب حقیقی جهان و انسان، این نظام معیار، جهت اساسی نحوه تحقق حیات طیبه را در همه مراتب و ابعاد آن مشخص می‌کند. سبک زندگی اسلامی با داشتن مجموعه‌ای از الزام، تکالیف، حکم‌ها و فرامین رهنمودبخش، در ساماندهی زندگی مناسب و مطلوب به‌منظور نیل به حقیقت متعال عالم هستی و سعادت زندگانی دنیوی و اخروی یاریگر انسان مؤمن است.

**واژگان کلیدی:** سبک زندگی ایده‌آل، حیات طیبه، آموزه‌های اسلامی.

\* دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی دانشگاه بوعلی‌سینا Email: Kmsb65@gmail.com

\*\* کارشناس ارشد برنامه‌ریزی درسی دانشگاه کاشان Email: zamani.e.88@gmail.com

\*\*\* دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی درسی دانشگاه فردوسی مشهد Email: Alimahavikhah@gmail.com

## ۱. مقدمه

همان‌طور که شناخت درست و همه‌جانبه ابعاد وجود انسان، کلید خودسازی و نردبان اوج گرفتن به فراترین قله سعادت، کمال و رستگاری است، شناخت همه‌جانبه و درست از جامعه نیز پیش از ورود به مسائل اجتماعی و تلاش‌های اصلاحی و سازندگی و دخالت در مهندسی و مدیریت جامعه، شرط اساسی کامیابی و موفقیت در زندگی فرهنگی و برنامه‌های تربیتی، اجتماعی و سیاسی است. بنابراین، متفکران، جامعه‌شناسان و اصلاح‌گران نیز از دیرباز شناخت علمی جامعه را مطرح کرده‌اند زیرا ساختن جامعه مترقی و آراستن آن به ارزش‌های مادی و معنوی و مجهز ساختنش به راز و رمز تعالی، شکوفایی و پیراستگی‌اش از آفت‌های گوناگون، همه و همه در گرو شناخت صحیح و علمی جامعه است و هرگز نمی‌توان به سلیقه‌های فردی، تجربه‌های شخصی سودمند و موفق و حتی تجربه‌های خانوادگی و گروهی بسنده کرد و جامعه را به بدبختی و فروپاشی سوق داد (میرمدرسی، ۱۳۸۰: ۹۲). سبک زندگی یکی از مفاهیم عمده مربوط به شناخت جامعه است که تغییر و تحولات پدید آمده در دو دهه اخیر به‌کارگیری آن را در فهم جهان اجتماعی ضرورت می‌بخشد. سبک زندگی بخش جدایی‌ناپذیر زندگی اجتماعی روزمره در جهان مدرن است و نقشی اساسی در تعاملات اجتماعی دارد. سبک زندگی برخلاف فرهنگ، به معنای شیوه کلی زندگی یک گروه یا قوم و ملت نیست، بلکه عبارت است از مجموعه کردارها و نگرش‌هایی که در یک زمینه اجتماعی خاص معنا دارند. افراد در یک جامعه مثل هم نیستند، مانند یکدیگر فکر نمی‌کنند، از چیزهای واحد استفاده نمی‌کنند و انتخاب‌های یکسانی ندارند زیرا از سرمایه‌های مختلف اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی مختلفی برخوردارند. منظور از سرمایه اقتصادی<sup>۱</sup>، مجموعه دارایی‌ها و درآمدهاست. همچنین سرمایه اجتماعی<sup>۲</sup> مجموعه روابط اجتماعی بوده و سرمایه فرهنگی<sup>۳</sup> نیز شامل سطح تحصیلات، فرهنگ شخصی یا به تعبیر بوردیو عادت‌واره و داشتن وسایل فرهنگی مانند کتابخانه، تابلو، مجسمه و... است (Bourdieu، ۱۹۸۹: ۱۱۷). در واقع، افراد براساس میزان سرمایه‌هایشان به طبقات و قشرهای مختلف تعلق دارند (دارندورف، ۱۳۷۷). طبقات اجتماعی «توسط یک ویژگی و مشخصه

1. Economic Capital.
2. Social Capital.
3. Culturel Capital.



(یعنی مشخص‌ترین حالت مانند شدت، اندازه و ساختار سرمایه) تعریف نمی‌شوند، نه حتی توسط مجموعه‌ای از ویژگی‌ها (مانند جنسیت، سن، رشد اجتماعی یا قبیله‌ای، درآمد، سطح سواد و غیره) و نه حتی توسط سلسله‌ای از ویژگی‌ها، بلکه توسط ساختار روابط بین تمام ویژگی‌های مناسب که به هریک از آنها و رویدادهایی که توسط ارزش‌های خاص بر اعمال اثر می‌گذارد، تعریف می‌شود» (Bourdieu، ۱۹۹۶: ۱۱۷). این تفاوت‌ها در سبک زندگی انسان‌ها عینیت می‌یابد (منادی، ۱۳۹۲: ۴۳۴).

سبک‌های زندگی مجموعه‌ای از ارزش‌ها، نوع تلقی‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌هاست که بیشتر مواقع در میان یک جمع ظاهر می‌شود و شماری از افراد صاحب یک نوع سبک زندگی مشترک می‌شوند و (مهدی‌زاده، ۱۳۹۱: ۵۷). بنابراین، در بررسی سبک زندگی باید به آن دسته از رفتارهایی از فرد که در مواجهه با مسایل زندگی نسبتاً پایدار هستند، توجه شود. با مطالعه رفتارهای نسبتاً پایدار افراد هم می‌توان به وجه تمایز فرد از دیگری و هم در نهایت به شیوه‌ها و الگوهای رفتاری یک جمع یا گروه پرداخت. درواقع با به‌کارگیری مفهوم سبک زندگی و تعمق در آن می‌توان از هنجارهای پنهان در اذهان، باورها و رفتارهای مردم یک جامعه، سر درآورد و از جهت‌گیری‌ها و الگوهای موجود یا در حال شکل‌گیری، تفسیر واقع‌بینانه‌ای ارائه کرد. برای مثال وقتی از راستگو بودن یا درستکار بودن ملتی سخن می‌گوییم، در مورد سبک زندگی آنان اظهار نظر کرده‌ایم، فارغ از اینکه در چه شرایطی و به چه شکلی رفتار می‌کنند، در اینجا الگوی کلی رفتار آنها و یا سبک آنها مدنظر است. البته مهم‌ترین عامل در تعریف سبک زندگی، گزینشی بودن و انتخابی بودن رفتار و درعین‌حال خلاقانه بودن آن است و رفتارهایی که تحت فشار، تحمیل، زور و اجبار از افراد سر می‌زند را نمی‌توان به‌عنوان سبک زندگی آنان معرفی کرد زیرا سبک زندگی به نظام ترجیحات رفتاری دلالت دارد (خبازی و عبدالله‌پور، ۱۳۹۲: ۲۶۹).

سبک زندگی اسلامی با مفهوم عقل معاش، که همان «شیوه زیستن» است، یکسان می‌باشد؛ یعنی عقلی که به انسان می‌گوید چطور باید زندگی کرد. کارکرد این عقل در راستای چگونگی تدبیر زندگی، چاره‌اندیشی درباره‌ی معضلات و مشکلات زندگی، تلاش برای هماهنگی با قوانین شرعی و سازگاری با آنها در سامان‌دهی زندگی مناسب و مطلوب قرار دارد تا انسان را به حیات طیبه رهنمون کند. از این‌رو، سبک زندگی با اخلاق متفاوت است. نه تنها اخلاق انسان، بلکه سبک زندگی او نیز مورد توجه اسلام است.

برای مثال اینکه عصبی مزاج هستیم یا نه، جزء سبک زندگی نیست و به اخلاق مربوط می‌شود، اما اینکه چگونه عصبانیت خود را ابراز کنیم جزء سبک زندگی است. مثلاً اینکه با ناسزاگویی، فریاد زدن، شکستن ظروف و... خشم خود را بروز دهیم جزء سبک زندگی محسوب می‌شود. بنابراین، می‌توان گفت سبک زندگی اسلامی نموده‌های رفتاری نسبتاً پایداری است که برخاسته از عقاید، عادت‌ها، نگرش‌ها، سلیقه‌ها و معیارهای اخلاقی - اجتماعی مورد تأیید اسلام است و شیوه زندگی فرد را در راستای عبودیت رقم می‌زند.

## ۲. روش پژوهش

مقاله حاضر درصدد تبیین سبک زندگی ایده‌آل در دستیابی به حیات طیبه با تأمل بر آموزه‌های اسلامی بوده و به شیوه توصیفی و از نوع تحلیل اسنادی نگارش یافته است. از این‌رو، منابع مرتبط با مسئله اساسی پژوهش به‌ویژه متون مقدس دینی، مورد مطالعه و کنکاش قرار گرفته و در نهایت به شیوه کیفی به تحلیل یافته‌های پژوهشی پرداخته شده است.

## ۳. یافته‌های پژوهش

### ۳-۱. تبیین مفهومی سبک زندگی

واژه «سبک زندگی»<sup>۱</sup> ترکیبی از دو واژه «سبک» و «زندگی» است. سبک در لغت‌نامه کمبریج (۲۰۰۴) به معنای «نوع، روش، سبک اثاثیه»، «شکل دادن یا طراحی چیزی» (مانند موی سر) یا شیء (مانند تکه‌ای از لباس یا اسباب و وسایل) تا به نظر جالب و جذاب آید، «کیفیت برتر در ظاهر، طراحی یا رفتار» آمده است. در لغت‌نامه ویستر (۲۰۰۴) به معنای «تطابق با معیار شناخته شده، شیوه‌ای که به‌ویژه در رفتار اجتماعی برآزنده و مناسب به نظر می‌آید» تعریف شده است. و در لغت‌نامه انکاراتا (۲۰۰۴) به مفهوم «شیوه انجام چیزی، به‌ویژه شیوه‌ای که نشان‌دهنده تأکید بر نوع نگرش خاص یا مشخصه دوره معینی باشد» بیان شده است (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۶). هم‌چنین در لغت‌نامه معین سبک به مفهوم «طرز، روش و شیوه» آمده است (معین، ۱۳۸۸: ۶۵۱). واژه «زندگی» نیز به معنای زنده بودن، زیستن، حیات، عمر و معاش است (معین، ۱۳۸۸: ۶۲۳).

1. Life Style.



مفهوم سبک زندگی دامنه وسیعی از امور عینی و ذهنی را شامل می‌شود. به‌طور کلی، این مفهوم الگوهای روابط اجتماعی، سرگرمی، مصرف، مُد و پوشش را دربرمی‌گیرد و حتی نگرش‌ها، ارزش‌ها و جهان‌بینی فرد و گروهی که عضو آن است را نیز بازمی‌نمایاند (Evanse and Jackson, ۲۰۰۷). در واقع، سبک زندگی مجموعه‌ای منسجم از رفتارها و کنش‌های افراد یک گروه و جامعه در یک دوره زمانی مشخص است. از این‌رو، می‌توان آن را روش خاصی از زندگی نیز دانست.

سازمان بهداشت جهانی سبک زندگی را این‌گونه تعریف می‌کند: اصطلاح سبک زندگی به روش زندگی مردم و بازتابی کامل از ارزش‌های اجتماعی، شیوه برخورد و فعالیت‌ها اشاره دارد. همچنین ترکیبی از الگوهای رفتاری و عادات فردی در سراسر زندگی (فعالیت بدنی، تغذیه، اعتیاد به الکل و دخانیات) است که در پی فرایند جامعه‌پذیری به‌وجود آمده است (خوشنویس، ۱۳۸۹: ۱۱).

سبک زندگی بخشی از زندگی است که عملاً تحقق می‌یابد و دربردارنده طیف کامل فعالیت‌هایی است که افراد در زندگی روزمره خود انجام می‌دهند. بنابراین طیف فعالیت‌های مختلف در هر عرصه از زندگی، می‌تواند سازنده سبک زندگی آنها در آن عرصه باشد (رضوی‌زاده، ۱۳۸۶: ۱۶۷). به عبارت دیگر، سبک زندگی چگونه بودن افراد را شکل می‌دهد و آن را می‌توان به مجموعه‌ای از رفتارها تعبیر کرد که فرد آنها را به کار می‌گیرد تا نه فقط نیازهای جاری او برآورده شود بلکه روایت خاصی را که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است در برابر دیگران مجسم سازد. نوع پوشش، رجحان‌های مربوط به غذا و نوشیدنی، سلیقه در انتخاب اتومبیل، سفر و اولویت‌های مربوط به آن، مصرف رسانه ای و لذت‌های حاصل از آن، انتخاب گروه‌ها و میدان‌های اجتماعی برای برقراری روابط اجتماعی و صمیمانه، مشارکت‌های مدنی، داوطلبانه، سازمان‌یافته و یا سازمان‌نیافته در فضای واقعی و مجازی و بسیاری از تجارب و رفتارهای دیگر، تنها نمونه‌هایی از اجزای تشکیل‌دهنده سبک زندگی محسوب می‌شوند که انجام آنها اغلب به وقت آزاد و انتخاب فراغتی ما مربوط می‌شود (ذکائی، ۱۳۹۱: ۱۸-۱۷).

از نقطه نظر دیگر، سبک زندگی بر ماهیت و محتوای خاص تعاملات و کنش‌های اشخاص در هر جامعه دلالت دارد و مبین اغراض، نیات، معانی و تفاسیر فرد در جریان عمل روزمره و زندگی روزانه است. به عبارتی دقیق‌تر، سبک‌های زندگی به‌عنوان رابط

بین ویژگی‌های فردی اعم از ارزش‌ها، نگرش‌ها، منابع و سلیقه‌ها از یک طرف و الگوهای کنش از طرف دیگر درک می‌شوند (رضوی‌زاده، ۱۳۸۶). چنان‌که گاهی پیدایش سبک زندگی را مختص جامعه مدرن دانسته‌اند که پیامدهای گسترده‌ای برای زندگی فردی و اجتماعی دارد، به طوری که به عقیده گیدنز، سبک زندگی اصطلاحی است که در فرهنگ سنتی چندان کاربردی ندارد زیرا با نوعی انتخاب از میان تعداد زیادی از امکان‌های موجود ملازم است و بیان‌کننده اغراض، نیات، معانی و تفاسیر فرد در جریان عمل روزمره و زندگی روزانه می‌باشد (رحمانی فیروزجاه و سهرابی، ۱۳۹۲: ۱۰۱۴).

در مجموع می‌توان گفت سبک زندگی هر فرد و جامعه‌ای معرف هویت اختصاصی آن فرد و جامعه است. التزام به رفتارهای مطابق با باورها و ارزش‌ها، «خود برتر» را نشان می‌دهد. در مقابل، تقلید از سبک زندگی دیگران و عدم التزام به رفتارهای مطابق با باورها و ارزش‌ها، نشانه از خودباختگی است (شریفی، ۱۳۹۲: ۴۸). از این رو، سبک زندگی به هستی و وجود فرد وحدت می‌بخشد. این وحدت به فرد اجازه می‌دهد تا برای دست و پنجه نرم کردن با معماهای حاصل در تغییر اجتماعی، آمادگی بیشتری داشته باشد.

## ۲-۳. تعریف سبک زندگی از دید صاحب‌نظران

از مفهوم سبک زندگی، تعاریف مختلفی توسط صاحب‌نظران و اندیشمندان خارجی و داخلی، ارائه شده است که، در این جا به برخی از این تعاریف، پرداخته می‌شود: چنی (۱۹۹۶) سبک زندگی را، نشان‌گر تأمل‌گری فزاینده‌ای می‌داند که افراد در عمل و دادوستدهای زندگی روزمره به نمایش می‌گذارند. وی بین سبک‌های زندگی و روش‌های زندگی فرق می‌گذارد و به تفسیر سبک زندگی بسیار ارزش قائل است. وی استدلال می‌کند: «سبک‌های زندگی، برنامه خلاق هستند که بر پایه نمایش توانش و صلاحیت مصرف‌کننده استوارند، در حالی که می‌توان گفت روش‌های زندگی، به اجتماع کم و بیش پایداری تعلق می‌گیرند و در شکل‌هایی همچون هنجارها، مناسک مشترک و الگوهای نظم اجتماعی و شاید گویش جداگانه‌ای، به نمایش درمی‌آیند» (Chaney, ۱۹۹۶: ۹۲-۹۷).

پارنل و همکاران (۲۰۰۶) اظهار می‌کنند: سبک زندگی اشاره به این دارد که شیوه زندگی یک فرد چگونه است؛ که این خود بدین معناست که فرد از چه محصولاتی



استفاده می‌کند، نحوه استفاده‌اش از محصولات چگونه است، در مورد آنها چه فکر می‌کند و چه احساسی دارد. به بیان دیگر، سبک‌های زندگی بیان برداشت فرد از خود و ارزش‌های فردی‌اند که در انتخاب‌ها و رفتارهای مصرفی افراد انعکاس می‌یابند. همچنین سبک‌های زندگی مظهر یا الگوهای واقعی رفتارهایی‌اند که با فعالیت‌ها، علایق و عقاید مصرف‌کننده تبلور می‌یابند (Parnell et al., ۲۰۰۶).

به عقیده رایمر (۱۳۸۴) سبک زندگی «الگوی خاص فعالیت‌های روزمره است که یک فرد را از دیگران مشخص و متمایز می‌کند». به عقیده او سبک زندگی هر فرد منحصر به خود او بوده و با سبک زندگی فرد دیگر یکسان نیست. اما در عین حال، سبک‌های زندگی همگی نوعی جهت‌گیری به سمت مشترکات اجتماعی دارند. ما سبک‌های زندگی را در مقایسه با افراد دیگر انتخاب می‌کنیم. بر این اساس، در هر جامعه تعدادی از افراد نوعی از سبک‌های زندگی را برمی‌گزینند که با هم مشابهت بسیار دارند و آنها را از افراد دیگر متمایز می‌کنند؛ افرادی که به نوبه خود ممکن است سبک زندگی مشابه داشته باشند. تحلیل‌های سبک زندگی به همین دلیل اغلب به تفاوت‌ها و شباهت‌های میان گروه‌های افراد اشاره می‌کنند، نه تفاوت‌ها و شباهت‌های میان خود افراد (رایمر، ۱۳۸۴: ۱۹۸).

به باور مهدوی‌کنی (۱۳۸۶) «سبک زندگی، کل به هم پیوسته صورت‌هایی است که افراد یک جامعه، مطابق انگیزه‌های درونی و سلایق خودشان و به واسطه تلاشی که برای ایجاد توزانی میان شخصیت ذهنی و زیست محیط عینی و انسانی خود به انجام می‌رسانند، برای زندگی خود برمی‌گزینند» (مهدوی‌کنی، ۱۳۸۶: ۲۰۵).

شریفی (۱۳۹۱) در تعریف سبک زندگی اظهار می‌کند: «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. سبک زندگی را می‌توان مجموعه‌ای کم و بیش جامع و منسجم از عملکردهای روزمره یک فرد دانست که نه فقط نیازهای جاری او را برآورده می‌سازد، بلکه روایت خاصی را که وی برای هویت شخصی خویش برمی‌گزیند، در برابر دیگران مجسم می‌سازد که کاملاً قابل مشاهده یا قابل استنتاج از ماهده است» (شریفی، ۱۳۹۱: ۱۴۶).

تقریباً در بیشتر تعریف‌های سبک زندگی می‌توان دو مفهوم را یافت که در تعریف سبک زندگی در نظر گرفته شده است. در واقع هر دو مفهوم هم، به واژه «سبک»

بازمی‌گردد؛ اول، مفهوم وحدت و جامعیت و دوم، مفهوم تمایز و تفارق. به این معنی که سبک زندگی حاکی از مجموعه عوامل و عناصری است که کم و بیش به‌طور نظام‌مند با هم ارتباط دارند و یک شاکله کلی فرهنگی و اجتماعی را پدید می‌آورند. همین پیوستگی، اتحاد و نظام‌مندی این کُل را از کُل‌های دیگر متمایز می‌کند. وجود کلماتی همچون الگو، نظام‌مندی، کلیت، هویت و تمایز در بیانات اخیر رهبر انقلاب نیز از همین موضوع حکایت دارد و به همین دلیل است که امروز از دو مدل و الگوی متمایز و متفاوت سبک زندگی اسلامی و غربی سخن می‌گوییم. واژگان مترادف سبک زندگی اسلامی عبارت‌اند از: سبک زندگی شیعی، ارزشی، ایدئولوژیک، جهادی، انقلابی، دینی و تعابیر معادل سبک زندگی غربی شامل سبک زندگی اروپایی، مسیحی، آمریکایی و وسترنیزه می‌باشد، اما آنچه در تعریف‌های سبک زندگی، جلوه‌گر می‌شود آن است که این تعریف با مفهوم هویت بسیار نزدیک است، با این تفاوت که افزون بر هویت، مناسبات و رفتارهای عینی و واقعی زندگی را نیز شامل می‌شود و می‌توان مثال‌ها و مصداق‌هایی را از زندگی واقعی بیان کرد.

### ۳.۳. ماهیت سبک زندگی در آموزه‌های اسلامی

همه ادیان دارای نظام معنایی، آموزه‌ها، نهادها و ساختارهایی هستند که پیروانشان را در ایجاد سبک‌های زندگی مبتنی بر آنها توانمند می‌سازند. سبک‌های زندگی متأثر از یک فرهنگ دینی را می‌توان «سبک زندگی دینی» نامید (کاویانی، ۱۳۹۱: ۴۶). این نوع سبک زندگی «مجموعه‌ای از رفتارهای سازمان‌یافته است که متأثر از باورها، ارزش‌ها و نگرش‌های پذیرفته شده و همچنین متناسب با امیال و خواسته‌های فردی و وضعیت محیطی، و جهت غالب رفتاری یک فرد یا گروهی از افراد شده‌اند» (شریفی، ۱۳۹۲: ۲۰). بنابراین، ارکان اصلی این سبک زندگی، برگرفته از آموزه‌های تربیت دینی بوده و در چارچوب این آموزه‌ها تبیین و تعریف می‌شوند. این آموزه‌ها به‌دلیل برخورداری از ویژگی‌های بنیادینی همچون جامع بودن و گستره شمول، مسیر رشد انبای بشر را به بهترین و کامل‌ترین وجه ممکن تبیین و ترسیم می‌کنند. آموزه‌های اجتماعی دین که در ذات خود در تعامل با دیگر افراد شکل گرفته و حقوق اجتماعی نیز افزون بر حقوق فردی بر آنها مترتب است، چارچوب کنش‌های اجتماعی افراد را در راستای تأمین سعادت





فردی و اجتماعی و دستیابی به حیات مطلوب دنیوی و اخروی ترسیم می‌کند. در میان ادیان گوناگون، اسلام نگرش خاصی به سبک زندگی انسان‌ها دارد. ارزش‌ها و هنجارهایی که اسلام در دسترس انسان می‌گذارد، سبک و منش و برداشت‌های او را از زندگی تحت تأثیر قرار می‌دهد و در نهایت، سبکی را ترسیم و ترویج می‌کند که به شکل‌گیری الگوهای رفتاری و شیوه‌های زندگی خاص می‌انجامد. اسلام آیین کاملی است که هم به دنیای پیروانش توجه دارد و هم به آخرت آنان اهتمام می‌ورزد. چنان‌که از مسلمانان می‌خواهد نه دنیاخواهی آنان سبب غفلتشان از آخرت شود و نه توجه به آخرت، آنان را از دنیا باز دارد (فاضل‌قانع، ۱۳۹۲: ۱۶۹). اسلامی بودن آداب و توحیدی بودن شیوه زندگی به این معناست که سبک زندگی بتواند زمینه‌ساز بندگی الهی در حیات انسانی باشد. از این‌رو، آداب اسلامی عمده‌تاً آداب بندگی است. مقام معظم رهبری می‌فرماید: توحید صرفاً نظریه‌ای فلسفی و فکری نیست بلکه یک روش زندگی برای انسان‌هاست، «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ» که پیغام اصلی پیغمبر ما و همه پیغمبران است یعنی در زندگی و مسیر انسان و در انتخاب روش‌های زندگی، قدرت‌های طاغوتی و شیطانی نباید دخالت کنند. اگر توحید در زندگی جامعه بشری تحقق پیدا کند، دنیای بشر هم آباد خواهد شد، دنیایی در خدمت تکامل و تعالی حقیقی انسان (شریفی، ۱۳۹۱: ۵۰).

درحقیقت، اسلام در جزئی‌ترین امور روزمره دستور و قوانین خاص را بیان کرده زیرا اسلام جهان‌شمول بوده و دستورها و فرمان‌های آن نیز به‌گونه‌ای طرح شده است که به زمان و مکان خاصی اختصاص ندارد. از این‌رو، احکام و تعالیم حیات‌بخشی را برای انسان فراهم کرده تا بتواند در هر سطحی، مناسبات خود را به‌درستی ایجاد و تحکیم کند، چه محلی، چه منطقه‌ای و چه بین‌المللی و هیچ‌یک از ابعاد فردی و اجتماعی حیات بشری از آموزه‌های وحیانی تهی نیست، بلکه جریان عبودیت و بندگی در جای جای زندگی نفوذ داشته و تنها با پذیرش و عمل به آن تعالیم، بندگی معنا می‌یابد و محقق می‌شود (جوادی‌آملی، ۱۳۹۱: ۳۴).

اسلام، جهان‌شمول بودن خود را با دو اصل کلیت و دوام، یعنی همگانی و همیشگی بودن اعلام نموده و در قوانینش به کیفیت تعامل بشر با خود، دیگران و جهان پیرامون اشاره کرده، اما نکته اساسی در نحوه تبیین آن است. دین اسلام، اصول جامع و مبانی کلی را به‌وسیله عقل و نقل بیان کرده، اما از سوی دیگر، قدرت تحلیل و استنباط مسائل

خاص و فروع جزئی را در نهان انسان به ودیعه گذاشته و آن‌گاه او را به ساختن زندگی دنیوی و اخروی خود مأمور کرده است. خداوند در سوره هود می‌فرماید: «... هُوَ أَنشَأَكُم مِّنَ الْأَرْضِ وَاسْتَعْمَرَ كُمْ فِيهَا فَاسْتَغْفِرُوا لَهُ ثُمَّ تُوْبُوا إِلَيْهِ إِنَّ رَبِّي قَرِيبٌ مُّجِيبٌ؛ او خدایی است که شما را از خاک بیافرید و از شما خواست که در آن آبادانی کنید. پس آمرزش گناهان‌تان را از او بخواهید، سپس با انجام کارهای شایسته به سوی او باز گردید که پروردگار من نزدیک است و دعاها را اجابت می‌کند» (هود: ۶۱). بدین ترتیب، در این نوع سبک زندگی که مبدأ و منشأ ارسال این مجموعه‌ی رهایی‌بخش کمال‌آفرین است، ماهیت سبک زندگی، همان دین اسلام است و به‌عنوان یک نقشه و راه، که انطباق کامل با وجود انسانی دارد، فرستاده شده است. یعنی دین اسلام حکم سبک زندگی را دارد و همه‌ی رازهای وجودی آدمی را بیان می‌کند.

خداوند متعال، سبک زندگی ایده‌آل اسلامی را به‌عنوان «حیات طیبه» مطرح می‌کند. «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ؛ هر کس، از زن و مرد، کار شایسته کند و مؤمن باشد، قطعاً او را با زندگی پاکیزه‌ای، حیات می‌بخشیم و مسلماً به آنان بهتر از آنچه انجام می‌دادند، پاداش خواهیم داد» (النحل آیه ۹۷). حیات طیبه، پیراسته از هر ناپسندی و بدی است زیرا در محضر او و در مقام قرب خداوندی، که هدف عالی زندگی است جایی برای این امور نیست. از این‌رو، برخی «حیات طیبه» را رزق و روزی حلال، زندگی شرافتمندانه همراه با قناعت و خشنودی، بهشت پرطراوت و زندگی خوش در آنجا و زندگی خوشبختانه در بهشت برزخی تفسیر کرده‌اند. از دیدگاه علامه طباطبایی، آیه شریفه دلالت بر این دارد که خداوند سبحان، انسان با ایمانی را که عمل شایسته انجام می‌دهد با زندگی جدیدی که غیر از زندگی معمول مردم است اکرام می‌کند و آثار زندگی حقیقی که همان علم و قدرت بوده با این زندگی جدید همراه است و این قدرت باعث می‌شود چنین فرد مؤمنی امور را چنان که هستند ببیند؛ یعنی می‌تواند امور را به دو قسم حق و باطل تقسیم کند و سپس با قلبش از امور باطل و در معرض نابودی، که همان زندگی دنیوی است، روی‌گردان می‌شود و چون از بند این تعلقات دنیوی رها شود، شیطان نمی‌تواند او را دلیل خود سازد و در بند خود گرفتار آورد (طباطبایی، ۱۳۷۲، ج ۱۲). این شیوه همان سبک زندگی ایده‌آل قرآنی است که منزله از هر نظر، پاکیزه از آلودگی‌ها، ظلم‌ها، خیانت‌ها،



دشمنی‌ها، اسارت‌ها، ذلت‌ها و انواع نگرانی‌ها و هر چیزی است که آب زلال زندگی را در کام انسان ناگوار می‌کند (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ج ۱۱: ۳۹۴).

جان هیک دربارهٔ قدرت جهت‌دهی و امیدآفرینی اسلام می‌گوید: «در واقع واقعیت زندگی پس از مرگ و مواجهه با خدای بخشنده و عادل، عموماً امروز در درون اسلام در قیاس با یهودیت یا مسیحیت که هر دوی آنها عمیقاً از روشنگری اروپایی تأثیر پذیرفته‌اند، نیرومندتر است. اسلام به‌عنوان چارچوبی برای زندگی، صخرهٔ ثبات و استواری و سرچشمهٔ ایمان و اعتماد میلیون‌ها انسان بوده است که اکثراً در آنچه اکنون جهان سوم نامیده می‌شود زندگی می‌کنند. این ثبات از اطاعت نسبت به قانون الهی ناشی می‌شود که به توصیهٔ نوعی شیوه زندگی کامل می‌پردازد و در همان حال هنگامی که انسان قصور می‌ورزد، در انتظار رحم و شفقت خداوند است. توکل و ایمان به خداوند مردان و زنان را از مصائب زندگی نجات می‌بخشد» (هیک، ۱۳۸۱). او در آموزه‌های اصیل ادیان بزرگ جهان نسبت به معنای کل حیات، نوعی همانندی را مشاهده می‌کند و بر این باور است که جهان‌بینی ادیان می‌تواند خاستگاه گرایش‌ها، شیوهٔ زندگی خاص و تعیین هدف شمرده شود. ولی امتیاز اسلام در این است که هم‌اکنون به‌صورت عینی و ملموس مشغول ایفای چنین نقشی در زندگی مسلمانان است. چنین مزیتی، ترسیم و تصویر هر چه بهتر نگاه قرآن را در رابطه با معنای زندگی، ضروری نشان می‌دهد تا انسان مسلمان با تقلید از غرب به درد بی‌معنایی دچار نشود (سجادی، ۱۳۹۱).

#### ۴.۳. وجوه سبک زندگی اسلامی

اگر بخواهیم وجوه گوناگون سبک زندگی را در چارچوب آموزه‌های دین اسلام، مطالعه و وضعیت‌هنجاری و شایستهٔ آن را از این آموزه‌ها استنتاج کنیم، باید به بررسی جنبه‌های متعدد و متنوع سبک زندگی در سه سطح کلی نگرش، گرایش و کنش بپردازیم. بخش نگرش ناظر بر مجموعه‌ای نظام‌مند از باورهای دینی است که هویت انسان براساس آن تعریف و ترسیم می‌شود. بخش گرایش حاکی از ارزش‌ها و هنجارهایی است که به سلیقه و ترجیحات افراد و گروه‌های اجتماعی جهت می‌دهد. بخش کنش نیز مشتمل بر الگوها و شیوه‌های رفتارهای عینی برگرفته از آموزه‌های اسلامی است. بدین ترتیب، سرمایهٔ فرهنگی برآمده از جهان‌بینی و نظام معنایی دین اسلام، در کنار

نمادهای آیینی و شعایر دینی می‌تواند پیروان اسلام را به‌صورت منسجم در شکل‌دهی ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی و سلايق و ترجیح‌های برآمده از آن یاری دهد. البته این موضوع می‌تواند به شکل‌گیری الگوهای ویژه‌ای برای زندگی بینجامد و نوعی از سبک زندگی دینی را پدید آورد (صدیق‌سروستانی و هاشمی، ۱۳۸۱: ۱۵۰).

باید توجه داشت وقتی سخن از تأثیرپذیری سبک زندگی از باورها و ارزش‌های دینی به میان می‌آید نباید پنداشت که امیال و خواسته‌های فردی در این نوع سبک زندگی هیچ جایگاهی ندارند یا نباید داشته باشند. اصولاً دین الهی نمی‌خواهد غرایز و امیال فردی را سرکوب و نابود کند، بلکه می‌خواهد آنها را جهت‌دهی کند و در مسیر درست و سعادت‌بخش هدایت نماید. اسلام براساس فلسفه‌ای که برای حیات بشری قائل است و نوع نگاهی که به انسان و جایگاه او دارد، هر امری را که موجب تضعیف عقل و ارزش‌ها شود نهی کرده است. از این‌رو، برای سلايق و امیال فردی در سبک زندگی یک مسلمان اهمیت و بلکه اصالت قائل است، اما اجازه نمی‌دهد محوریت زندگی در اختیار آنها باشد. به عبارت دیگر، از انسان می‌خواهد مهار غرایز و امیال و خواسته‌های شهوی و غضبی خود را به کنترل عقل و دین دربیآورد، نه آنکه مهار عقل و ارزش‌های دینی و انسانی را در اختیار شهوت و غضب قرار دهد (شریفی، ۱۳۹۲: ۲۲-۲۳). اسلام با بیان اصل «هیچ اجباری در دین نیست» احترام به فکر و آزادی و عقیده را بیان می‌کند و هرگز باورهایی را که از راه تقلید کورکورانه و شیوه‌های غیرعقلانی بر انسان‌ها تحمیل می‌شود تأیید نمی‌کند. بر اثر همین آزادی فکر و عقیده بود که علمای مذاهب و دانشمندان مادی‌گرا، آزادانه و فارغ از هرگونه هراس، با پیشوایان دینی و اندیشمندان مسلمان مباحثه می‌کردند زیرا براساس آموزه‌های اسلامی، همگان در صورت آسیب نرساندن به اسلام و دیگران، آزادند تا عقیده خود را در شرایط سالم و دور از توطئه مطرح کنند (فاضل‌قانع، ۱۳۹۲: ۹۷).

سبک زندگی اسلامی به این دلیل که «سبک» است به رفتار می‌پردازد و با شناخت‌ها و عواطف ارتباط مستقیم ندارد و از آن نظر که اسلامی است نمی‌تواند با عواطف و شناخت‌ها بی‌ارتباط باشد ولی هر رفتاری بخواهد مبنای اسلامی داشته باشد باید حداقل‌هایی از شناخت‌ها و عواطف اسلامی را پشتوانه خود قرار دهد. در سبک زندگی از دیدگاه جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، علوم پزشکی و غیره فقط به رفتار نگرسته



می‌شود. برای مثال، پزشک می‌خواهد بداند بیمار چگونه می‌نشیند، چگونه راه می‌رود، وضعیت ستون فقرات او چگونه قرار می‌گیرد، روان‌شناس و روان‌پزشک می‌خواهد بداند خواب و بیداری فرد چگونه است، مقدار خواب او چقدر است، زمان خواب او چه موقع است و... هیچ‌کدام از آنها به نیت افراد و عواطف و شناخت‌هایی که پشتوانه رفتارهای آنهاست کاری ندارند، اما سبک زندگی اسلامی نمی‌تواند به نیت‌ها بی‌توجه باشد و درعین حال تأکید آن بر رفتار است، به عواطف و شناخت‌های زیرین نیز نظر دارد. در واقع در سبک زندگی اسلامی می‌توان رفتارها را به مهره‌های متعددی تشبیه کرد که علوم انسانی به خود آن مهره‌ها و بدون ارتباط با عوامل دیگر می‌پردازد، اما سبک زندگی اسلامی نه تنها به خود آن مهره‌ها، بلکه به آنچه سبب ارتباط آنها باهم می‌شود نیز توجه می‌کند. حتی رفتاری مانند نماز، اگر اعتقاد به خدا و معاد را پشتوانه خود نداشته باشد، اسلامی محسوب نمی‌شود. چنان‌که بسیاری از رفتارهای مرتاضان و صوفیان، اسلامی نیست (کاوپانی، ۱۳۹۱).

سبک زندگی اسلامی لزوماً به یک نظام الگویی و رفتاری منحصر نیست، بلکه در محدوده چارچوبی برآمده از اصول اسلامی، سبک‌های متعددی را می‌توان پذیرفت. سیره پیامبر گرامی اسلام و اهل‌بیت (ع) در رویارویی با یاران خود نیز نشان می‌دهد که ایشان، اختلاف سبک را می‌پذیرفتند. پس می‌پذیریم که ارزش‌ها و نگرش‌های همسان، لزوماً به سبک زندگی یکسان نمی‌انجامد. البته برخورداری از سبک زندگی یکسان هم لزوماً به معنای بهره‌مندی از باورها و ارزش‌های همسان نیست، اما توجه به ویژگی انتخاب‌گری که در سبک زندگی وجود دارد، می‌توان هر مجموعه منسجمی از الگوهای رفتاری بر آموزه‌های دینی را که در چارچوب معین شده از طرف دین اسلام قرار داشته باشد، نوعی سبک زندگی اسلامی به‌شمار آورد (فاضل قانع، ۱۳۹۲: ۴۶).

سبک زندگی اسلامی فرایند تجلی و حضور تمامیت دین، در اندیشه و عمل انسان دیندار است. این انسان در نتیجه فراگیری آموزه‌های اسلامی و عملی کردن آنها به أحسن الخالقین تبدیل می‌شود. او در پرتو دین، به مرحله‌ای از بلوغ و رشد می‌رسد که اصل وجودش تبدیل به بیت الهی و مکان تجلی الهی می‌شود. در این حال هرچه از وجود انسان صادر شود نماد و نشانی از تجلی تمامیت دین است و هرچه از انسان به‌عنوان الزامات دینی برآمده و برمی‌آید، همان دین است. قرآن کریم این حقیقت بلند را مورد

تأکید و اشاره قرار داده و می‌فرماید: «فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ؛ [این نور] در خانه‌هایی است که خدا اذن داده [شأن و منزلت و قدر و عظمت آنها] رفعت یابند و نامش در آنها ذکر شود، همواره در آن خانه‌ها صبح و شام او را تسبیح می‌گویند» (نور:۳۶). بنابراین، سبک زندگی اسلامی ریشه در ایدئولوژی اسلامی دارد که به‌عنوان دین خاتم همهٔ ابعاد زندگی بشر اعم از سعادت دنیوی و اخروی و فردی و جمعی وی را در نظر گرفته است و فقط به رفتارهای بشر و اعمال او در این عامل نمی‌پردازد لذا کسب زندگی اسلامی ابزاری تصور می‌شود برای رساندن بشر به سعادت اخروی درحالی‌که در سبک‌های زندگی دیگر غیر از این است و فقط سعادت دنیوی را در نظر دارند (کاویانی، ۱۳۹۱: ۴۸).

درحقیقت، منظور از سبک زندگی اسلامی، شیوهٔ زندگی فردی و اجتماعی است که همه یا بیشتر مسلمانان یا قشر مؤثری از جامعهٔ اسلامی به آن عمل می‌کنند و در رفتارشان منعکس می‌شود (مصباح، ۱۳۸۵: ۶). در این نوع سبک زندگی، توجه به اجرای اسلام و همهٔ ابعاد آن در تمام عرصه‌های زندگی آدمی است و می‌توان در دسته‌بندی مشخص و با ملاحظهٔ ارتباطات سه‌گانه انسان با خدا و خود و خلق، زندگی مؤمنانه‌ای ساخت و با تکیه بر متن سخن و سیرهٔ معصومان (ع) شیوهٔ زیستن را مشق کرد (پورامینی، ۱۳۹۲: ۱۷-۱۸). براساس این، خاستگاه اصلی سبک زندگی اسلامی، اعتقاد و ایمان به خداوند است و در سیر تحولات جهان معاصر، بُعد نخست رسیدن به تمدن نوین از دیدگاه اسلام، تحکیم مبانی اعتقادی و معرفت دینی است که اخلاق و رفتار فردی و اجتماعی افراد از آن سرچشمه می‌گیرد. بنابراین می‌توان گفت: موضوع اصلی سبک زندگی، ایمان و مبانی معرفتی دین مبین اسلام است که گرایش‌ها، باورها و رفتارهای فردی و اجتماعی انسان از آن نشئت می‌گیرد. بدین ترتیب، باورهای دینی، با ایجاد قواعد و مقرراتی برای افراد جامعه سبک زندگی اسلامی را در جامعه وضع می‌کند (Echchaibi, ۲۰۱۱; Khenfer and Roux, ۲۰۱۲).

### ۵.۳. وجوه افتراق سبک زندگی غربی و اسلامی

اصالت بشر یا اومانیسیم<sup>۱</sup> اساس و بنیاد تفکر غرب را تشکیل می‌دهد. انسان نامی

1. Humanism.



است جانشین نام خدا که در تمدن قرون وسطایی اروپا، پرتو روشنگر جهان بود. اومانیسم تصویری از یک صورت نوعی کلی از انسان را دربر دارد که مظهر نیکی و خاستگاه معنا و نور روشنی‌بخش جهان است و این انسان نوعی کلی، اراده مختار دارد و همه چیز باید در برابر اراده او سر فرود آورد و جهت همه کردارها و رفتارها باید خیر و صلاح او باشد. نتایج اساسی این اندیشه عبارت از اتکا به بشر در مقام سنجه نهایی همه امور و حقایق در برابر ایمان یا تفکر معتقد به التزام به وحی و کتاب‌های آسمانی، همچنین باور به امکان کمال‌یابی و پیشرفت کما بیش بی حد و اندازه بشر است. با این دید پدیده‌های زندگی اجتماعی چیزی جز حاصل عمل و نیاز و اراده بشری نیست. بنابراین می‌توانیم با تغییر نحوه عمل و نیازهای خود، آنها را به اراده خود دگرگون کنیم؛ مثلاً به جای خانواده‌های اجتماعی دیگری با کارکردهای متنوع ایجاد نمائیم و با این تفکر زندگی بشر و کل اجتماع و تاریخ آن ایستاده برخویش یا خود بنیاد است. ریشه این تفکر به اندیشه‌های روشنگری بازمی‌گردد؛ باور به پیشرفت بی حد و نهایت، بی حد بودن توانایی آفرینندگی انسان و... بنابراین در جهان‌بینی غربی انسان خود بنیاد انگاشته می‌شود. در این تمدن اصالت به زمان داده می‌شود؛ به جای گذشته چشم به آینده دارد؛ پیدایش علوم، فنون و تکنولوژی و مفاهیم ترقی و پیشرفت و اصالت یافتن زمان و نفی سکون و ثبات، در چارچوب این جهان‌بینی قابل تفسیر است. اصل اساسی جهان و وجود انسان تغییر و تحول است؛ تغییر و زمان در این تفکر اصالت دارد (آشوری، ۱۳۸۴: ۶۷). بنابراین، در جهان‌بینی غربی انسان میزان همه امور و مرکز عالم است. مالک مطلق هستی اوست. تمام امور باید توسط او ارزشگذاری شود. گرچه برخی گرایش‌های اومانیستی از مذهب و اعتقاد به خدا سخن می‌گویند، اما این پایبندی فقط برای جلوگیری از بی‌نظمی اجتماعی است. در این گرایش نیز اومانیست‌های خداپرست انسان و آزادی او را هدف و شناخت خدا را وسیله می‌دانند (صانع‌پور، ۱۳۷۸: ۲۶-۲۸).

به‌طور کلی، غرب با نوع نگاه خاص به انسان و تأکید بر اصالت عقل سنت‌ها را کنار گذاشت و هویت مدرن را به‌عنوان هویت خویش برگزید. مختصات مدرنیته؛ انسان‌محوری، عقل‌گرایی، آزادی، سکولاریسم، فردگرایی و صنعتی شدن سبک زندگی مدرن و غربی را ترویج و گسترش داد. با مسلط شدن هویت مدرنیته و به‌تبع آن سبک زندگی غربی، تحول در حوزه‌های مختلف و به‌ویژه عرصه خانواده و روابط انسانی و اجتماعی ملموس‌تر

گردید. فرایند جهانی شدن و دیجیتالی شدن فرهنگ و مجازی شدن، پیامدهای منفی را برای روابط خانوادگی به همراه داشته است. فردگرایی شدید، تضعیف بنیان‌های خانواده و هسته‌ای شدن خانواده‌ها، رواج تنهایی و انزواگرایی و ارتباطات مجازی از پیامدهای شرایط جدید و سبک زندگی غربی است. با توجه به رواج این نوع اندیشه و سبک زندگی و با تضعیف خانواده و مذهب به معنای غیرسکولار، نهادهای جدیدی نظیر سیاست، ورزش، اوقات فراغت و... مورد توجه قرار گرفت. میزان جامعه‌پذیری و فرهنگ‌پذیری از طریق رسانه‌های مجازی و جدید، دوستان و همسالان تأثیر نهادهای ارزش‌آفرین چون خانواده را کاهش داد (لعل‌علیزاده، ۱۳۹۲: ۸۹۷).

در کنار این نگرش و سبک زندگی، سبک زندگی اسلامی، معلول و محصول ارزش‌ها، باورها و جهان‌بینی اسلامی است. در جهان‌بینی اسلامی باورها و جهان‌بینی توحیدی، ارزش‌ها و ایدئولوژی الهی به شیوه زندگی افراد جهت می‌دهد. بر مبنای این جهان‌بینی، دنیا محل گذر است و انسان‌ها با رفتار و اعمال در این دنیا و با عبادت به‌عنوان راه تقرب سعادت و کمال نهایی اخروی را رقم می‌زنند. در انسان‌شناسی اسلامی انسان مرکب از جسم و روح است؛ ضمن مختار بودن در چارچوب اصول و محورهای گام برمی‌دارد و دنیا را مزرعه آخرت می‌بیند. بنابراین سبک زندگی او برگرفته از متون اسلامی است. به‌طور کلی، براساس جهان‌بینی الهی، اگر دنیا ارزشی دارد و از این نظر می‌تواند ابزاری برای نیل به سعادت اخروی و زندگی واقعی باشد و گرنه به‌دلیل زوال‌پذیری و همراه بودن آن با سختی‌ها ارزش واقعی ندارد و جز بازیچه‌ای موقتی برای غافلان از خدا نیست: «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعَبٌ وَ لَهْوٌ وَ لِّلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ؛ زندگی دنیا چیزی جز بازیچه و لهو نیست و سرای آخرت برای پرهیزگاران بهتر است، آیا نمی‌اندیشید؟» (انعام: ۳۲).

بنابراین در سبک زندگی اسلامی، انسان با یک زندگی هدفمند و متعالی روبه‌روست که در آن دو بُعد جسمانی و روحانی به‌صورت توأم پرورش می‌یابند. جهان‌بینی الهی، نه‌تنها ترسیم زیبا و دقیقی از زندگی دنیوی را به خداپرستان ارائه می‌کند، بلکه از مصاحبت و نزدیکی با افرادی که تحت لوای جهان‌بینی مادی هستند برحذر می‌دارد زیرا آنها به سبب وجود افکار و اندیشه‌های غلط و شیطانی در قلوبشان، همچون افراد بیمارگونه هستند که بیماری‌شان مسری است.



### ۶.۳. دلایل اختلاف در سبک زندگی

اصل اختلاف در سبک زندگی امری غیرقابل انکار است. جوامع و گروه‌های مختلف سبک‌های زندگی متفاوت و بعضاً متضادی دارند. سبک زندگی غربی، به‌عنوان نماد سبک زندگی اندیشه‌اومانیستی، با سبک زندگی اسلامی، به‌عنوان نماد سبک زندگی توحیدی، در بعضی جهات کاملاً متفاوت‌اند. ذائقه‌های موسیقایی متفاوت، معماری‌های مختلف، پوشش‌های متنوع و متفاوت، تمایل‌های تغذیه‌ای بسیار گوناگون، تعامل‌های اجتماعی متنوع و روحیات اجتماعی و سیاسی متضاد از جمله نمودهای مشهود تفاوت در این نوع سبک زندگی است. علل و عوامل اقتصادی، سیاسی، اجتماعی، اقلیمی، محیطی و حتی عوامل فردی و شخصی (غرایز و امیال) همگی می‌توانند در تنوع سبک‌های زندگی مؤثر باشند. از جمله مهم‌ترین علل و عوامل اختلاف در سبک زندگی را می‌توان به‌شرح زیر برشمرد:

**۱. اختلاف در انسان‌شناسی:** شاید بتوان گفت منشأ اصلی اختلاف در سبک زندگی، ناشی از اختلاف در انسان‌شناسی و نوع نگاه به انسان، حقیقت انسان و فلسفه وجودی اوست زیرا منظور از سبک زندگی، سبک زندگی انسانی است. اگر انسان را موجودی مادی بدانیم، طبیعتاً سبک زندگی ما متفاوت با کسی خواهد بود که انسان را منحصر به عالم ماده ندانسته و او را دارای روحی الهی می‌داند. اگر اصالت و محوریت را به شهوت و غضب و به‌طور کلی امیال و غرایز بدهیم، سبک زندگی ما متفاوت با کسی خواهد بود که اصالت را به عقل می‌دهد و شهوت و غضب را تحت سیطره عقل درمی‌آورد. اگر نوع نگاه ما به انسان متأثر در تفکرات اومانیستی باشد، در آن صورت سبک زندگی ما متفاوت با نوع نگاه کسی است که انسان را مخلوق و بنده خداوند می‌داند، اما کسی که انسان را مخلوق می‌داند و در برابر خداوند هیچ جایگاه و شأن مستقلی برای او قائل نیست، به‌طبع انسان را در انتخاب شیوه و سبک زندگی نیز کاملاً آزاد نمی‌داند. سبک زندگی کسی که انسان را مخلوق خدا و مسجود ملائکه می‌داند با کسی که انسان را منهای خدا و دین تعریف می‌کند، متفاوت خواهد بود. بنابراین کسی که انسان را موجودی الهی می‌داند و کسی که انسان را کاملاً مادی و بریده از عالم معنا می‌پندارد، دو نوع سبک زندگی متفاوت خواهند داشت: سبک زندگی دین‌دارانه و سبک زندگی دنیاگرایانه.



**۲. اختلاف در هدف غایی زندگی:** همهٔ انسان‌ها دنبال کمال خویش‌اند. هیچ فردی را نمی‌توان سراغ گرفت که در انجام رفتارهای خود در جست‌وجوی کمال مطلوب خویش نباشد. درخصوص اینکه مصداق واقعی و حقیقی کمال مطلوب و هدف غایی زندگی چیست همگان ممکن است نگاه یکسانی نداشته باشند. بعضی هدف غایی زندگی خود را لذت می‌دانند و بعضی سود و برخی دیگر قدرت و عده‌ای آسایش و آرامش. روشن است که هر کدام از این اهداف و غایات شیوهٔ زندگی متفاوتی را می‌طلبند. به‌طور کلی، کسی که هدف غایی او تأمین خواسته‌های نفسانی است با کسی که هدف غایی او سعادت ابدی و قرب الهی است، دو نوع سبک زندگی متفاوت خواهند داشت. ایثار، انفاق، احسان و خدمت به خلق به‌سادگی از سوی کسی که اعمال نهایی خود را بهره‌مندی از خواسته‌های نفسانی و لذت‌های مادی می‌داند، نادیده گرفته می‌شوند. چنین فردی در حقیقت معتقد است: زمانی بهرهٔ وجودی او افزایش می‌یابد که بیشتر و بهتر بخورد و بنوشد و شهوت‌رانی کند. در مقابل، معیار ارزش از دیدگاه اسلام، دستیابی به سعادت حقیقی و کمال نهایی انسانی است که می‌توان از آن به «قرب الهی» یا «لقای الهی» تعبیر کرد. این معیاری است که با تکیه بر آن می‌توان شیوهٔ زندگی مؤمنانه را در همهٔ عرصه‌های فردی و اجتماعی، اعم از سیاسی، اقتصادی، هنری، فرهنگی، ملی و بین‌المللی و... به‌دست آورد. براساس این، حتی اگر کاری در ظاهر مستلزم درد دنیوی یا ضرر مادی باشد، اما رضایت خدای متعال را به دنبال داشته باشد و موجب قرب او شود، کاری خوب و ارزشمند است و هرکاری که هرچند در ظاهر لذت‌های و سودهای فراوانی را نیز در پی داشته باشد، اما موجب غضب الهی و دور شدن از درگاه او شود، کاری ناپسند و زشت تلقی می‌شود.

**۳. اختلاف در راه و شیوهٔ دستیابی به هدف زندگی:** عامل دیگر اختلاف در سبک زندگی ممکن است اختلاف در شناخت راه و شیوهٔ دستیابی به هدف غایی باشد. یعنی حتی در جایی که هدف مطلوب و غایت نهایی زندگی از سوی افراد یک جامعه یکسان باشد، باز هم ممکن است در شیوه و سبک زندگی متفاوت باشند. و آن در جایی است که دو دیدگاه یا دو راه مختلف برای دستیابی به آن هدف مطلوب را اتخاذ کنند. یعنی در اینکه آیا فلان رفتار خاص در راستای دستیابی به هدف است یا آنکه ما را از آن دور می‌کند، اختلاف داشته باشند. برای مثال، یکی ممکن است عقل را به‌عنوان منبعی



برای شناخت ارزش‌ها بداند و دیگری عقل را حجت نداند. به‌هرحال، انسان دارای اختیار و قدرت انتخاب است. یعنی می‌تواند با استفاده از قوه تعقل خود اموری را انتخاب کند که در جهت کمال او هستند یا آنکه با کنار گذاشتن تعقل و محوریت دادن به غرایز و امیال شهوی یا غضبی کاری را انتخاب کند که هرچند از جهتی برای او کمال است، اما از جهتی خلاف کمال حقیقی اوست. به‌هرحال، چون انسان هم می‌تواند انتخاب عقلانی داشته باشد و هم انتخاب غیرعقلانی و عوامل این دو نوع انتخاب در او وجود دارد، هنگام تزاخم میان این دو نوع انتخاب، افراد ممکن است انتخاب‌های مختلفی داشته باشند و در نتیجه سبک زندگی آنها متفاوت باشد. این عامل اختلاف از سنخ عوامل معرفتی نیست؛ به همین دلیل حتی در صورت وحدت جهان‌بینی و انسان‌شناسی و نظام ارزشی، باز هم ممکن است انسان‌ها سبک‌های زندگی متفاوتی داشته باشند زیرا به‌هرحال، انسان‌ها موجوداتی مختارند و ممکن است انتخاب‌های آنها متأثر از عوامل گوناگون متفاوت باشد. به تعبیر دیگر، این عامل سوم، از سنخ عوامل گرایشی است و نه بینشی. برای گزینش سبک زندگی دینی و اسلامی، اراده‌ها و انگیزه‌ها نیز لازم است در مسیر عقلانیت حرکت کنند (مصباح، ۱۳۸۵: ۲۳۵-۲۳۶).

**۴. اختلاف در سطح و درجات ایمان:** در نهایت عامل دیگر اختلاف در سبک زندگی را می‌توان اختلاف در سطح و کیفیت ایمان افراد یا جوامع مختلف دانست. توضیح آنکه عمق و کیفیت باورهای افراد ممکن است متفاوت باشد. ایمان ذومراتب و درجات ایمان مؤمنان، مختلف است. هرچه درجه ایمان فرد بالاتر رود، انعکاس آن در رفتار او نمود بیشتری دارد. امام صادق (ع) در حدیثی ایمان را ده درجه می‌داند و می‌فرماید: به درستی که ایمان دارای ده درجه است. ایمان همچون نردبان است که پله پله از آن بالا می‌روند. بنابراین، کسی که دارای درجه بالاتر است نباید بر کسی که در درجه پایین‌تر است خرده بگیرد و به او بگوید تو ایمان نداری... این حدیث و ده‌ها حدیث و آیه دیگری که از تقویت، توسعه و ازدیاد ایمان سخن می‌گویند همگی نشان‌دهنده تشکیکی بودن و درجه داشتن ایمان است. طبیعتاً هر درجه‌ای از ایمان به همان نسبت، شیوه زندگی مؤمن را تحت تأثیر قرار می‌دهد. نمی‌توان رفتارها و سبک زندگی مؤمن درجه ده را از مؤمن درجه سه انتظار داشت (شریفی، ۱۳۹۲: ۹۳-۱۱۰).

### ۷.۳. سبک زندگی اسلامی و توجه به مقتضیات دوران

جهان در حال تغییر و پیشرفت است و توجه به این موضوع در تبیین سبک زندگی اسلامی بسیار حائز اهمیت است. بیش از دو دهه نمی‌گذرد که اینترنت، پیامک، آی‌پد، وبسایت، وبلاگ و پست الکترونیکی به‌طور چشمگیری زندگی ما را تغییر داده است. دانلود موسیقی و فیلم، چت، بازی‌های رایانه‌ای و تلفن‌های همراه، بخشی از زندگی روزمره ما و فرزندانمان را تشکیل داده‌اند و باید به خاطر داشته باشیم برخی رویدادها، صد سال پیش، قابلیت خیال‌پردازی هم نداشته است. به‌عنوان مثال برای مردم صد سال پیش، تصور هواپیما، ترن زیرزمینی، رادیو و... محال بوده، درحالی‌که امروزه برای ما عادی شده است. اکنون با توجه به تغییرات روزافزون، تغییرات شگفت‌انگیزتری در زمینه علوم، تکنولوژی، اقتصاد، آموزش و پرورش، جمعیت‌شناسی، سیاست و در نهایت سبک زندگی، در حال وقوع است (Marker, ۲۰۰۶). با اصرار بر مقاومت‌های بیهوده در برابر این تغییرات شاید بتواند زمان وقوع این تغییرات را به تأخیر انداخت، اما در نهایت این تغییرات است که غلبه کرده و چیره می‌شود. پس به‌جای مبارزه با آن باید آن را درک کرد و در چارچوب اصول و شیوه‌های اسلامی، سبک خاصی از زندگی را متناسب با تغییرات ارائه داد. در آموزه‌های اسلامی پذیرش تغییرات به‌عنوان اصلی بنیادین مطرح می‌شود زیرا اسلام دین فطرت است. «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ؛ پس حق گرایانه و بدون انحراف با همه وجودت به‌سوی این دین [توحیدی] روی آور، و [پابرجا و ثابت بر] سرشت خدا که مردم را بر آن سرشته است باش برای آفرینش خدا هیچ‌گونه تغییر و تبدیلی نیست این است دین استوار، ولی بیشتر مردم معرفت [به این حقیقت اصیل] ندارند» (روم: ۳۰).

نظام ارزشی اسلام همان‌گونه که در ابتدای ظهور، دگرگونی‌های فرهنگی عظیمی را در جوامع بشری پدید آورد، در هر زمانی می‌تواند با تکیه بر حقیقت و غنای معرفتی خود، ارزش‌های حقیقی و مطلوب انسانی را به تمام جامعه بشری معرفی کند (فاضل‌قانع، ۱۳۹۲: ۹۴). اگر دین را ابزار سرپرستی سعادت بشر در همه شئون فردی، اجتماعی و تاریخی بدانیم، لازمه چنین باوری آن است که آموزه‌های دینی را بر شکل‌گیری همه باورها، ارزش‌ها و هنجارهای لازم برای جهت‌دهی و الگوبخشی به رفتار و کنش انسانی



حاکم بدانیم (شریفی، ۱۳۹۱: ۳۴). بر همین اساس قوانین و احکام آن به گونه‌ای است که به همه ابعاد انسانی و فطرت او توجه کرده و هیچ‌گونه قانونی را برخلاف فطرت انسانی وضع و تشریح نکرده است. پس اسلام به عناصر زمان و مکان و مقتضیات هر عصری توجه داشته است زیرا این عناصر منجر به آثار شگرفی در رفتار انسانی می‌شود که نمی‌توان آن را نادیده گرفت. مسئله تغییرات اجتماعی نیز در همین حوزه تبیین و تحلیل می‌شود. بنابراین قوانین اسلامی به گونه‌ای است که بتواند با پذیرش تغییرات اجتماعی و مقتضیات زمان و مکان، راه‌هایی را بیان کند که فلسفه دین و فلسفه آفرینش انسان تأمین گردد بی‌آنکه با مخالفت یا مبارزه با مقتضیات بخواد خود را در برابر آن قرار دهد. فلسفه تغییرات در شریعت‌ها و آیین‌ها ارتباط تنگاتنگی با پذیرش تغییراتی دارد که در تاریخ بشریت اتفاق افتاده و می‌افتد. اسلام پذیرفته است که نمی‌توان برای همه دوره‌های تاریخ بشر نسخه‌ای واحد پیچید و براساس آن، انسان‌ها را در چارچوب قانونی مشخص به کمالاتی رساند بی‌آنکه به جنگ فطرت او رفت زیرا فطرت انسانی در عین ثبات تغییراتی در لایه‌های سطحی دارد که باید به آنها توجه شود. نادیده گرفتن این تغییرات در لایه سطحی فطرت به معنای نابودی بشر و انکار دین خواهد بود. از این رو، اسلام بر آن شد تا بی‌آنکه زمینه نابودی خود یا بشر را فراهم آورد و نیازمند تغییر در اصول بنیادینی باشد که مبتنی بر فلسفه دین و آفرینش انسان است؛ همه اهداف را در ساختاری معین برآورده سازد.

#### ۴. نتیجه‌گیری

انسان‌ها براساس فطرتی که دارند همواره به دنبال نقشه‌ای برای طراحی یک زندگی با سبکی مشخص‌اند که برآورده‌کننده امیال و اهداف آنها باشد. نقشه و طرحی که برای زندگی به آن نیازمندند باید دارای ویژگی‌های منحصربه‌فردی باشد. الگوگیری از مکاتب بشری و مادی‌گرای غرب نمی‌تواند پاسخ‌گوی بسیاری از نیازها و تمایلات بشری باشد. اسلام برای زندگانی و سعادت دنیوی و اخروی انسان‌ها برنامه‌ای منسجم و همه‌جانبه دارد، که در آن به تمامی نیازهای انسان پاسخ داده شده است. براساس این، وضع مطلوب زندگی بشر در همه ابعاد و مراتب، براساس نظام ارزشی اسلامی (مبانی و ارزش‌های مقبول دین الهی) باعث دستیابی به غایت زندگی یعنی قرب الی‌الله خواهد شد. این‌گونه

زندگانی مستلزم ارتباط آگاهانه و اختیاری با حقیقت هستی و تشدید رابطه با او در همه شئون فردی و اجتماعی زندگی است که باید براساس انتخاب و التزام آگاهانه و آزادانه نظام معیار مناسب با دین اسلام باشد. بنابراین، یکی از مشخصه‌های اصلی حیات طیبه، تکیه بر ارزش غایی زندگی، قرب الی‌الله، و نظام معیار متناسب با آن یعنی مبانی و ارزش‌های مقبول دین اسلام است زیرا با توجه به لزوم پذیرش ربوبیت خداوند متعال، به‌عنوان یگانه رب حقیقی جهان و انسان، این نظام معیار، جهت اساسی نحوه تحقق حیات طیبه را در همه مراتب و ابعاد آن مشخص می‌نماید. در این مسیر، سبک زندگی اسلامی به‌عنوان مجموعه الزام‌ها، تکالیف، حکم‌ها و فرامینی مطرح است که اسلام ارائه کرده و بازخوانی وجود آدمی و تصویر کلی از رازها و نیازهایی است که در این وجود اسرارآمیز قرار دارد. در اینجا، سبک زندگی انسان، توصیفگر این است که انسان موجودی الهی، خواهان اتصال به بی‌نهایت، عملگرا، حقیقت‌جو، اخلاقی، فضیلت‌خواه، رذیلت‌گریز و در نهایت موجودی است به‌طور کامل کمال‌طلب، که در عمق وجودش این کمال را در وصل به حقیقت متعال عالم هستی جست‌وجو می‌کند که تعالی و سعادت زندگانی دنیوی و اخروی را برای فرد به ارمغان می‌آورد. در حقیقت همان‌طور که در مقاله حاضر ادعان شد، سبک زندگی اسلامی، فرایند تجلی و حضور تمامیت دین، در اندیشه و عمل انسان دیندار است. این انسان در نتیجه فراگیری آموزه‌های اسلامی و عملی کردن آنها، تبدیل به أحسن‌الخالقین می‌شود؛ انسانی که واجد کمالات اخلاقی خداپسندانه بوده و در تمام مراحل زندگی جزء به رضایت و خشنودی خداوند تبارک و تعالی به چیز دیگری نمی‌اندیشد.

بر این اساس، اسلام با درخشش آغازین اشعه نورانی و حرکت‌آفرین انوار انسان‌سازش، خود را دارنده برترین و شایسته‌ترین طرح و برنامه برای نجات فرد و جامعه معرفی کرده و برای خودش رسالت پرشکوه فردی و خانوادگی، اجتماعی و سیاسی، مادی و معنوی، و این جهانی و آن جهانی اعلام کرد و با این اندیشه بلند و برنامه جامع و هدف والا حرکت‌رهایی‌بخش و انسان‌ساز خود را آغاز کرد تا به انسان شناخت دهد، بینش ارزانی دارد، دانش بیاموزد، و قلم و بیان و مغز و دستگاه تعقل او را برای جهاد سپید و تلاش سبز و آفرینش جهانی نو به‌کار گیرد. در این روند تاریخی بود که قرآن پایه‌پای آموزش و آگاهی‌بخشی و شناخت‌دهی و زدودن آثار منحنی فرهنگی و فکری و تزکیه و پیراستگی



فرد و جامعه از ضدارزش‌ها و بارور ساختن ارزش‌ها در مزرعه دل‌ها، به ترسیم نشانه‌های فرد مورد نظر خویش پرداخت و در انبوهی از آیات، ویژگی‌ها و نشانه‌های فرد نمونه و مطلوب خویش را برشمرد و چهره درخشان او را در آینه آیات انعکاس بخشید. از پی آن، به بنیاد جامعه و دنیای نوین و مورد نظر خود پرداخت و در کران تا کران قرآن با طرح مسائل اجتماعی و حقوقی، سیاسی و اخلاقی، اقتصادی و انسانی به نشانگری عوامل صعودها و شکوفایی‌ها و نیز علل سقوطها و عقب‌ماندگی‌های فرد و جامعه همت گماشت و ویژگی‌های جامعه مورد نظر خود را در ابعاد گوناگون بینش، گرایش، عمل و چگونگی روابط و مناسبات مطرح ساخت و سیمای آن را در تابلو نورانی و زوال ناپذیرش ترسیم کرد و در چشم‌انداز ترقی خواهان و اصلاح‌طلبان و جست‌وجوگران نجات و نیک‌بختی قرار داد. تربیت الهی در قرآن، هم بقای انسان را تضمین می‌کند و هم عزت او را تأمین می‌نماید و راه حیات عزیزانه را برای بشر هموار می‌سازد. از سویی به انسان می‌فهماند که او پستان درخت نیست که پس از یک دوره حیات گیاهی به هیزم و سپس خاکستر، تبدیل شود و بر این پندار که پس از مرگ، صالح و مفسد، پرهیزگار و تبهکار همگی یکسانند، خط بطلان می‌کشد.

## منابع

- آشوری، داریوش (۱۳۸۴). ما و مدرنیته، تهران: مؤسسه فرهنگی صراط.
- پورامینی، محمد باقر (۱۳۹۲). سبک زندگی، منشور زندگی در منظر امام رضا (ع)، مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.
- جوادی آملی، عبدالله (۱۳۹۱). مفاتیح‌الحیاه، قم: مرکز نشر اسراء.
- خبازی، مهدی و عبدالله‌پور، وحید (۱۳۹۲). «بررسی تطبیقی سبک زندگی دینی در آموزه‌های اسلام و زرتشت»، مجموعه مقالات کنگره بین‌المللی فرهنگ و اندیشه دینی، جلد ششم، بوشهر: مؤسسه سفیران فرهنگی مبین.
- خوشنویس، ناهید (۱۳۸۹). «رسانه و سبک زندگی»، ماهنامه روابط عمومی ایران، ش ۷۳.
- دارندورف، رالف (۱۳۷۷). انسان اجتماعی، ترجمه غلام‌رضا خدیوی، تهران: آگه.
- ذکائی، محمد سعید (۱۳۹۱). سبک‌های فراغتی جوانان، تهران: نشر تیسرا.
- رایمر، بو (۱۳۸۴). فرهنگ جوانان و مدرنیته متأخر، ترجمه ناصر بلخ، تهران: سازمان ملی جوانان.
- رحمانی فیروزجاه، علی و سهرابی، سعیدیه (۱۳۹۲). «بررسی جامعه‌شناختی ابعاد سبک زندگی و عوامل مؤثر بر آن در شهر سازی»، مجموعه مقالات همایش ملی الگوی اسلامی - ایرانی سبک زندگی دانشگاه مازندران.

- رضوی‌زاده، سید نورالدین (۱۳۸۶). بررسی تأثیر مصرف رسانه‌ها بر سبک زندگی ساکنان تهران، تهران: انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
- سجادی، سید ابراهیم (۱۳۹۱). «سبک زندگی از منظر قرآن»، ماهنامه قرآنی ترنم وحی، ش ۱۵.
- شریفی، احمد حسین (۱۳۹۱). همیشه بهار، اخلاق و سبک زندگی اسلامی، قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها، دفتر نشر معارف.
- شریفی، احمد حسین (۱۳۹۲). سبک زندگی اسلامی ایرانی، مرکز پژوهش‌های علوم انسانی صدا، تهران: آفتاب توسعه.
- صانع‌پور، مریم (۱۳۷۸). نقدی بر معرفت‌شناسی اومانیستی، تهران: مؤسسه فرهنگ و اندیشه معاصر.
- صدیق‌سروستانی، رحمت‌الله و هاشمی، سید ضیا (۱۳۸۱). «گروه‌های مرجع در جامعه‌شناسی و روان‌شناسی اجتماعی با تأکید بر نظریه‌های مرتن و فستینگر»، نامه علوم اجتماعی، ش ۲۰.
- طباطبائی، محمد حسین (۱۳۷۲). المیزان، چاپ پنجم، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- فاضل قانع، حمید (۱۳۹۲). سبک زندگی براساس آموزه‌های اسلامی (با رویکرد رسانه‌ای)، قم: صدا و سیمای جمهوری اسلامی ایران.
- قاسمی، وحید؛ ربانی خوراسگانی، رسول؛ ربانی خوراسگانی، علی؛ علی‌زاده، محمد باقر، قاسمی، وحید (۱۳۸۷). «تعیین‌کننده‌های ساختاری و سرمایه‌ای سبک زندگی سلامت‌محور»، مسائل اجتماعی ایران، سال شانزدهم، ش ۶۳.
- کاویانی، محمد (۱۳۹۱). سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- لعل‌علیزاده، محمد (۱۳۹۲). «سبک زندگی اسلامی و مدرنیته؛ نگاهی مقایسه‌ای با تأکید بر خانواده و صلح رحم»، مجموعه مقالات کنگره بین‌المللی فرهنگ و اندیشه، قم: مرکز راهبردی مهندسی فرهنگی شورای فرهنگ عمومی استان بوشهر.
- مصباح، مجتبی (۱۳۸۵). بنیاد اخلاق، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره).
- مکارم‌شیرازی، ناصر (۱۳۷۴). تفسیر نمونه، تهران: نشر دارالکتب الاسلامیه.
- منادی، مرتضی (۱۳۹۲). «تعامل سبک زندگی زنان با میدان‌های فرهنگی؛ مطالعه موردی تطبیقی تعداد زن (شاغل و خانه‌دار) تهرانی»، مجموعه مقالات تحولات سبک زندگی در ایران، جلد دوم، معاونت اجتماعی و فرهنگی شهرداری تهران، تهران: تیسرا.
- مهدوی‌کنی، محمد سعید (۱۳۸۶). «مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی»، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، سال اول، ش ۱.
- مهدی‌زاده، حسین (۱۳۹۱). «سبک زندگی»، ماهنامه سوره، ش ۵۰.
- میرمدرسی، سید موسی (۱۳۸۰). جامعه برین، قم: بوستان کتاب.
- هیک، جان (۱۳۸۱). بُعد پنجم، ترجمه بهزاد سالکی، چاپ اول، قصیده‌سرا.
- Bourdieu, P. (1989). *Le sens pratique*, Paris: Les éditions de Minuits.
- Bourdieu, P. (1996). *La Distinction, Critique Sociale du Jugement*, Paris: Les éditions de Minuits.
- Chaney, D. (1996). *Life Styles*, London: Routledge.





- Echchaibi, N. (2011). **Mecca Cola and Burginis: Muslim Consumption and Religion Identities, Religion, Media and Culture**, A Reader London and New York: Routledge.
- Evanse, D and T. Jackson (2007). **Towards a Sociology of Sustainable Lifestyles**, University of Surrey.
- Khenfer, J. and E. Roux (2012). **How does Religion Matter in the Market Place for Minority Settings? The Case of Muslim Consumers in France**», Manuscrit Auteur, Publié dans EMAC 42nd Conference, Lisbonne: Portugalhalshs -00743900, Version 1 -23.
- Marker, P. M. (2006). **Social Studies in the World of 2056, In E. W Ross (Ed.)**, The Social Studies Curriculum: Purposes, Problems, and Possibilities (3rd ed., 7797-). Albany, NY: State University of New York Press.
- Parnell, J. et al. (2006). **Strategy through the Eyes of the Consumer: An Exploratory Study across Emerging Economies**. Universidad de Talca, Chile.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رتال جامع علوم انسانی