

# زیجر

دوفصلنامه علمی پژوهشی فلسفه اسلامی  
سال دهم / شماره اول / پیاپی ۱۸ / بهار - تابستان ۱۴۰۳

## نسبت‌یابی مقولات «معنای زندگی» و «سبک زندگی»<sup>۱</sup>

حمیده مظاهری سیف<sup>۲</sup>

### چکیده

سبک زندگی‌های رایج در جوامع انسانی، ناشی از علل و عوامل ظاهری متعددی است. گفتمان‌های بسیاری بر اساس این علل، جهت نیل به سبک زندگی آرمانی صورت پذیرفته؛ لکن فهم چپستی و چگونگی رابطه این مقوله با «معنای زندگی» می‌تواند راهگشای بشر برای تحقق مطلوب‌ترین سبک باشد؛ اصلی فلسفی که تحلیل‌گر زیربنای سبک زندگی است. داشتن «سبک زندگی» ایده‌آل از جمله آرمان‌های بشری است که به نظر می‌رسد با تبیین و تفهیم صحیح «معنای زندگی» و باورمندی و نهادینه شدن آن در درون انسان محقق می‌شود. رسیدن به این معرفت، هدف این مقاله است که با روش عقلی-تحلیلی در نسبت‌سنجی این دو مقوله میسر می‌شود. بعد از بیان تعاریف و معلوم شدن خاستگاه این دو که به قوای انسانی، یعنی عقل نظری و عقل عملی برمی‌گردند، می‌توان گفت: معنای زندگی و سبک زندگی در نسبتی متقابل و دوسویه هستند. معنای زندگی، سبک زندگی را می‌سازد (آفرینش) و سبک زندگی در جهت تثبیت و تقویت معنای زندگی (انگیزش) است. معنای زندگی الگوهای معنایی را ایجاد می‌کند و این الگوها، منجر به الگوهای رفتاری می‌شوند. سبک زندگی از مجموعه الگوهای رفتاری در عرصه‌های مختلف حیات تشکیل شده که هر الگوی رفتاری می‌تواند به شیوه‌های رفتاری متعددی بروز و ظهور پیدا کند. دین نیز به عنوان عامل مهمی در شکل‌گیری معنای زندگی و اثرگذار در سبک زندگی است. همچنین سبک زندگی وابسته به آداب و رسوم و مقتضیات اقلیمی و جغرافیایی می‌تواند در شکل و صورت آداب و مناسک و شعائر دینی مؤثر باشد. تبیین جوانب مختلف نسبت این دو مقوله و اثبات همبستگی کامل این دو، از یافته‌های این پژوهش است. **واژگان کلیدی:** معنای زندگی، سبک زندگی، نسبت‌یابی، الگوهای رفتاری، الگوهای معنایی.

۱. تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۸/۰۷؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۰۸

۲. دانش‌آموخته دکتری فلسفه و کلام اسلامی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران. رایانامه: h.mazaheri20@yahoo.com

## مقدمه

انسان‌ها در طول تاریخ و در جوامع مختلف، به شیوه‌های متعدد گذران حیات کرده‌اند. اما همین شیوه‌های معمول زندگی در ذهن انسان مدرن، دغدغه‌هایی از جنس چگونگی و چرایی ایجاد کرده است. در عصر حاضر، سبک‌های زندگی متعدد و بعضاً مغایر، با سرانجام‌های متفاوت، ذهن سؤال‌خیز بشر را بدان سوق داده که کیفیت زندگی انسان بر چه اساسی پی‌ریزی می‌شود؟ تقلیدی است یا از روی فلسفه‌ورزی؟ ملاک انتخاب بهترین شیوه زندگی چیست؟ و هزاران سؤال و ابهام که متفکران را بر آن داشت که به مطالعه سبک زندگی به شکل علمی بپردازند. این سلسله مطالعات، ابتدا در جامعه‌شناسی و به طور رسمی در روان‌شناسی و سپس در پزشکی و دین‌شناسی شکل گرفت. هر کدام از این شاخه‌های علمی به طور تخصصی به بررسی صورت محقق و صورت حق سبک زندگی پرداختند. هر چند که سبک زندگی دارای تعاریف متعددی است؛ اما به طور مجمل و کلی به معنای چگونگی رفتار، گفتار و کردار انسان‌ها، کنش‌ها و واکنش‌های انسانی در برخورد با حوادث و نیازهای زندگی است. در واقع هر کدام از این شاخه‌های علمی، علی‌رغم تعاریف و نظریات و استدلالاتی که در این باب دارند، صرفاً به صورت ظاهری و پوسته‌عیان زندگی پرداخته‌اند، از همین روی خلأ بزرگی در این میان احساس می‌شود. واکاوی این خلأ و دستیابی به جوانب مختلف آن می‌تواند مطالعات مربوط به سبک زندگی را جهت‌دار و سازمان‌یافته کند و از پراکندگی و سرگشتگی نجات بخشد. این خلأ، همان «عدم وجود تدقیق فلسفی» در این موضوع است. بررسی عمیق و دقیق فلسفی سبک زندگی می‌تواند به صورت بنیادین و ریشه‌ای، مسائل مربوط به آن را تبیین و هدفمند کند و الگوهای رفتاری را تنظیم کند. پس برای ارائه سبک زندگی مطلوب، به یک موضوع فلسفی نیاز است که بتواند در نسبتی با سبک زندگی، قادر به بازشناسی و تبیین فلسفی و ارائه مؤلفه‌های کاربردی سبک زندگی مطلوب باشد. به نظر می‌رسد مقوله «معنای زندگی» این خواسته را تأمین می‌کند. معنای زندگی از اصطلاحات عصر اخیر است که در پی گوناگونی اندیشه بشری و تغییر سیر مبانی فکری-اعتقادی بشر از سوی خدامحوری به سمت انسان‌گرایی، وضع شده است. هر چند که از معنای زندگی هم تعاریف متعددی ارائه شده و متفکران هر کدام از دیدگاه خود به آن پرداخته‌اند؛ اما پرسش از ارزش زندگی و هدف زندگی، مطمح و نظرگاه همه آن‌ها بوده است. در معناداری زندگی از الگوهای معنایی، الگوها و شیوه‌های رفتاری به دست می‌آید که در مجموع سازنده سبک زندگی هستند؛ بر این اساس، هدف آن است که با تبیین مسئله



«معنای زندگی» و بررسی چگونگی ربط آن با سبک زندگی، به فهم عمیق و همه‌جانبه از یک سبک ایده‌آل رسید، به گونه‌ای که ضمن داشتن توانایی تحلیل سبک زندگی مطلوب، مهارت نقد سبک زندگی‌های دیگر هم به دست آید. این مهم با به کارگیری روش برهانی و تحلیلی به دست می‌آید. به لحاظ بررسی پیشینه معلوم شد که در موضوع سبک زندگی، آثار موجود اعم از کتاب، پایان‌نامه و مقاله به صورت توصیف یک سبک یا مقایسه چند سبک است و در موضوع معنای زندگی آثار موجود یا به بررسی محتوایی و متنی این مقوله می‌پردازند و یا آن را در یک مکتب یا متفکر بررسی می‌کنند؛ لذا مشابهی برای این پژوهش یافت نشد.

جهت ارائه یک بحث منسجم و ساختارمند، لازم است تعاریف منتخب این اثر در دو مقوله «معنای زندگی» و «سبک زندگی» بیان شود تا از بروز چالش‌ها و اشکالات احتمالی که ناشی از وجود تعاریف متعدد است، جلوگیری شود. سبک زندگی به مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری نسبتاً پایدار اطلاق می‌گردد که از بینش‌ها و ارزش‌های آدمیان متأثر بوده، و به صورت عینی در رفتار تجلی می‌یابد (فعالی، ۱۳۹۷: ۳۱). چنانچه بینش به معنای خرد و آگاهی و دانش و معلومات در نظر گرفته شود، گویا ناظر بر جهان‌بینی انسان است و چنانچه ارزش به معنای باور مطلوب بودن برخی امور باشد، می‌توان آرمان‌های مطلوب را هم جزئی از ارزش‌ها تلقی کرد.

اصطلاح «معنای زندگی» در عصر جدید و در پی ظهور و غلبه فلسفه‌های بشری و نیز به دنبال گسترش بحران‌های انسانی در سطح جهان، ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. هرچند که ردپای مبانی و مسائل آن را می‌توان در اندیشه‌های بسیار دور هم جستجو کرد. چنانچه در متون کهنی چون حکمت سلیمان، تعبیری از این دست دیده می‌شود (بیات، ۱۳۹۰: ۲۹). در بیان معنای این اصطلاح، مناقشات بسیاری بین اندیشمندان رخ داده است؛ باور برخی متفکران با نظر به رویکردشان اینست که نمی‌توان به سؤال «معنای زندگی چیست؟» پاسخ دقیقی داد. برخی دیگر زندگی را معنادار می‌دانند و نقدهایی بر منکران معنای زندگی دارند که تاکنون بی‌پاسخ مانده است. معناداری زندگی، زمانی مفهوم پیدا می‌کند که کل هستی دارای معنا، شعور و هدفمند دانسته شود، چون انسان جزئی از کل هستی است؛ اگر کل بی‌معنا باشد، الزاماً جزء هم بی‌معنا می‌شود (کاتینگام، ۱۳۹۲: ۸). از مجموع نظرات متفکرین این حوزه به دست می‌آید که می‌توان برای معناداری زندگی سه تفسیر ارائه کرد: ۱- تفسیر معنا به «مطلوب، غایت و هدف»؛ در زندگی لازم است به دنبال معنا و مقصودی فراتر از خود فرآیند ساری و جاری در زندگی بود. آن غایت، معنای زندگی است. غایت، امری آگاهانه و اختیاری است که

شخص با آگاهی و اراده آن را قصد می‌کند و به سوی آن راهی می‌شود (علیزمانی، ۱۳۸۶: ۶۸-۶۹).  
۲- تفسیر معنا به فایده و کارکرد زندگی؛ مراد نقش یا فایده‌ای است که هر فرد برای تحقق اهداف خود در زندگی دارد (نصری، ۱۳۹۶: ۲۸). به رغم اینکه این معنا ناظر به هدف است، لکن به طور جداگانه و مستقل در این بحث لحاظ نمی‌شود. ۳- تفسیر معنا به ارزش زندگی؛ برای ارزش چند معنا بیان شده که کم‌خطاترین آنها، ارزش مبنایی است؛ به معنای اموری که فرد با تکیه بر آنها بتواند درباره خوبی یا بدی دیگر امور زندگی خویش تصمیم بگیرد (همان: ۲۹). بدین ترتیب می‌توان گفت معنای زندگی عبارت است از: وجود انگیزه در زندگی بر اساس سلسله‌ای از معیارها جهت تشخیص خوب و بد که مبنای تصمیم‌گیری درباره پسندیده یا ناپسند بودن امور تا نیل به اهداف هستند.

#### ۱. بررسی ماهوی نسبت سبک زندگی و معنای زندگی

در گام اول، چستی این رابطه به بحث گذاشته می‌شود. جهت تحقق این امر لازم است مبانی و نمودهای آن ملاحظه شود.

#### ۱-۱. بررسی بنیادین نسبت سبک زندگی و معنای زندگی

یکی از موضوعات فلسفی که از دیرباز ذهن متفکرین را به خود مشغول داشته، شناسایی نفس انسان، توانایی‌ها و ویژگی‌های او و مطالعات مدون و نظام‌یافته درباره موجودیت و هویت و حیات انسان است. در اولین تقسیم مقبول غالب اندیشمندان، انسان از دو مبدأ روحانی (مجرد و بعد اصلی) و جسمانی (مادی و بعد فرعی) تشکیل شده است. نفس انسان به دلیل تجرد روح، مجرد بوده و در نتیجه از مبادی عالی‌تر تعلّم می‌نماید و از جهت جسمانی، تعلق تدبیری به بدن داشته و آن را اداره می‌کند. آن قوه نفسانی که فعالیت‌های علمی انسان را عهده‌دار است و علوم و معارف را از مبادی برتر دریافت می‌کند، عقل نظری و آن قوه که کارهای تدبیری او را انجام می‌دهد، عقل عملی خوانده می‌شود (جوادی آملی، ۱۳۸۶: ۱/۱۲۲). به عبارت دیگر قوه علامه عهده‌دار علم و جزم است که عقل نظری خوانده می‌شود و قوه عمّاله عهده‌دار عمل و عزم است که عقل عملی نامیده می‌شود. عقل نظری و عقل عملی دو نیرو از نیروهای انسانی هستند و با حکمت نظری و حکمت عملی که دو رشته از علوم و مسائل انسان است، متفاوت‌اند (جوادی آملی، ۱۳۸۹: ۳۷). حکمت نظری آن بخش از دانش‌ها است که عهده‌دار شناخت حقایقی می‌باشد که هستی آنها در اختیار انسان نیست؛ بطوری که چه انسان باشد یا نباشد و بخواهد یا نخواهد، آنها موجودند؛ مانند وجود

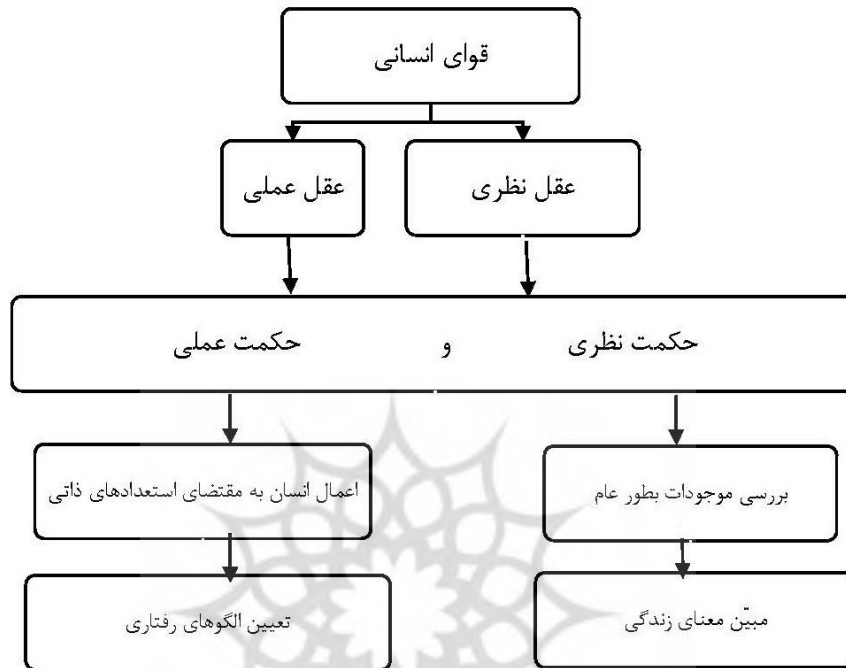
خداوند، فرشتگان، زمین و آسمان و ... که موجودند. حکمت عملی آن دسته از معارف را شامل می‌شود که به بررسی پیرامون فعالیت‌های عقل عملی پرداخته و در تعمیر و آبادانی این بخش از وجود انسان مؤثر می‌باشد و مختص به شناخت اموری است که در حوزه تدبیر و اراده انسان شکل می‌گیرند؛ بطوری که اگر انسان نباشد، هرگز آن‌ها محقق نخواهند شد؛ نظیر مسائل اخلاقی، خانوادگی و اجتماعی (همان: ۱۲۲). بدین ترتیب در گام اول، جهت تبیین نسبت سبک و معنا، باید مبادی و خاستگاه‌ها شناسایی شود. به رغم اختلافات متفکرین درباره تعریف، موضوع، مسائل و هدف عقل نظری و عملی و به تبع آن‌ها حکمت نظری و عملی، تعاریف فوق مورد اشتراک همگان است؛ اما آیا این قوا و علوم مرتبط با آن‌ها همواره بر راه صواب بوده و از انحراف و خطاها مصون هستند؟ در پاسخ آمده: قوه‌ای که عهده‌دار جزم است، باید از دخالت ناصواب حس و خیال و وهم نجات پیدا کند تا به جزم محققانه نائل آید و قوه‌ای که عهده‌دار عزم است، باید از حضور نابجای شهوت و غضب مصون باشد، تا به عزم متحققانه و خالصانه برسد (جوادی آملی، ۱۳۸۶: ۱۹/۳۱۵). پس می‌توان گفت این قوا و ادراکات انسانی خالی از اشتباه و بی‌راهه نیستند و در نتیجه مسیرها و اهداف متعدد و مختلفی را دنبال می‌کنند. سؤال دیگر از نوع ارتباط این قوا و ادراکات است. پاسخ این است که این دو قوه نفس انسانی از یکدیگر جدا نمی‌شوند؛ یعنی اگر کسی واقعاً انسان شود، عقل نظری و عملی او از یکدیگر جدا نمی‌شود و اما اگر نفس به مرحله انسانیت نرسد، قوای او از یکدیگر جدا می‌شود، زیرا نفس او از مرتبه جمعیت قوا به دور است. به طوری که ممکن است علم او در عمل اثر نکند و عمل او از علم پیروی ننماید (همان: ۳۱۶). پس حالت متعادل این قوا، ارتباط متقابل و تأثیرگذاری آن‌ها بر یکدیگر است و در حالت آسیب‌دیدگی و عدم تعادل در نفس انسان، این ارتباط قطع شده یا در روند آن اختلال ایجاد می‌شود. شکل ایده‌آل تحقق این نیروها و علوم ناشی از آن‌ها به این ترتیب است که آنچه را که انسان از معلم و مبادی عالی‌تر درک می‌کند و می‌پذیرد، به وسیله عقل نظری ادراک می‌کند و آنچه را که انسان انجام می‌دهد و در مادون اثر می‌گذارد، به واسطه عقل عملی است. جهتی که در اثر آن از مافوق، فیض را دریافت می‌دارد، عقل نظری و جهتی که فیض‌های یافته را در مادون پیاده می‌کند، عقل عملی است (جوادی آملی، ۱۳۹۹: ۳۷). مطالب فوق جهت آشنایی مقدماتی با بنیان‌های نظری سبک زندگی و معنای زندگی بود. به اعتقاد علامه جعفری، عقل نظری، نوعی فعالیت با استفاده از قضایا و ابزار منطقی است به جهت استنتاج یا وصول به اهداف، آن هم بدون ارزش‌گذاری؛ مانند تعلیم بنایی ساختمان بدون

در نظر گرفتن غرض ساختمان (خیریه یا شکنجه‌گاه). عقل نظری بر اساس پیش‌فرض‌ها حکم می‌کند و کاری به ملاک صحیح بودن ندارد. عقل نظری سازنده مکاتب است، ولی قدرت ورود به حوزه ارزش‌ها را ندارد؛ اما عقل عملی، نیروهای فعال درون بشر مانند وجدان، حدس، اراده، تجسیم و اندیشه را برای وصول به بایدها و شایسته‌ها هماهنگ می‌سازد (جعفری، ۱۳۹۸: ۵/۲۳۷-۲۳۹). علامه در این بیانات، ضمن تبیین ماهوی عقل نظری، تصریح بر قصور آن در ارزش‌گذاری دارد و همانند آیت الله جوادی به ارتباط عقل نظری و عملی قائل بوده و حالت متعادل و ایده‌آل انسانی را در همراهی و جداناپذیری این دو می‌داند، با این تفاوت که گویی نوعی قداست ذاتی برای عقل عملی قائل است، اما عقل نظری حالت خنثی دارد.

علامه در تبیین آسیب‌شناسانه عقل نظری می‌گوید: نیروی عقلانی موهبت خدا به انسان برای کشف حقایق و قواعد است تا باعث پیشبرد معارف انسان شود؛ اما توقع بی‌جا و پرستش افراطی آن، سبب محرومیت بشر از اصول عالی‌ه شده و وظیفه عقل نظری که هماهنگی با عقل عملی است را مختل کرده است. عقل نظری به جهت سوءاستفاده در تعریف و وظایف آن، وسیله‌ای برای انکار اصول عالی‌ه انسانی گشته است (جعفری، ۱۳۹۳: ۲/۱۱۲-۱۱۳). ایشان در این مطالب، ضمن تأکید بر ارتباط متقابل دو عقل، انحراف عقل نظری را در خودسری و تبری جستن از بهره‌گیری از مبادی عالی‌ه و جدایی از عقل عملی دانسته است. این مطلب شاه‌کلیدی است که در این اثر و تطبیقات و نتایج آن تأثیر شگرفی دارد.

موضوع حکمت نظری، موجودات به طور عام است که بدون لحاظ درک آدمی واقعیت دارند. موضوع حکمت عملی، اعمالی است که ما به مقتضای استعدادهای ذاتی خود و برای وصول به اهداف حیات مادی و معنوی انجام می‌دهیم. حکمت عملی محور اصلی مباحث خود را، انسان در ارتباطات چهارگانه از دیدگاه بایستگی و شایستگی قرار می‌دهد (جعفری، ۱۴۰۰: ۲/۴۷۱).

به لحاظ خاستگاهی و بنیانی می‌توان گفت قوای موجود در انسان توان شناسایی خدا، جهان و انسان را دارند و چنانچه راه صواب (بهره‌مندی از مبادی عالی‌ه، رعایت تعادل و ارتباط گسست‌ناپذیر از یکدیگر) را در شناسایی این مبانی فکری به کار بگیرند؛ به وسیله حکمت نظری قادر به شناسایی موضوع حیات و چیستی و غایات و ارزش‌های آن (معنای زندگی) می‌شوند و سپس با مدد از عقل عملی، به تدبیر خویشتن پرداخته و به واسطه حکمت عملی، اصول حاکم بر رفتار، گفتار و کردار را در حیات فردی و اجتماعی تبیین می‌کنند.



### ۱-۲. بررسی کاربردی بودن نسبت سبک زندگی و معنای زندگی

جریان حرکت فلسفه اسلامی از بدو تأسیس تا امروز با محوریت و ارجحیت حکمت نظری نسبت به حکمت عملی بوده است. فلسفه غرب از عصر روشنگری به بعد، نظر به تحولات بنیادین در اصول و ارکان فکری، جهت حرکت خود را از سیر در آسمان‌ها به زمین کشاند و همین امر باعث شد علاوه بر خواص فکری، عامه مردم را با خود همراه کند. به عبارت دیگر، فلسفه غرب با تغییرات ماهوی صورت پذیرفته، همه‌پسند شد و از مجالس مباحثه و مناظره فلاسفه به متن زندگی عموم مردم کشیده شد؛ بر این اساس، مسئله «امر انضمامی» مطرح شد. امر انضمامی یعنی هر آنچه که انسان در زندگی روزمره با آن درگیر است و لایه‌های مختلف زندگی را تحت الشعاع قرار می‌دهد. به عبارت دیگر، چیزی که لایه محسوس‌تری دارد و در صورت حیات، مشهود و عیان است. امر انضمامی یا امر جزئی در مقابل امر انتزاعی است. امر انضمامی با حواس درونی (احساساتی مثل غم و شادی و نه معنای ارسطویی، یعنی وهم و خیال) و حواس بیرونی (پنج‌گانه) در ارتباط است. این حواس سرچشمه امر انضمامی

هستند، مثل دیدن فیلمی که خستگی را رفع می‌کند. نسبت‌یابی امر انضمامی با حکمت عملی، تبیین این مطلب را تسهیل می‌بخشد. امر انضمامی، امروزه عرض عریضی دارد و شاخه‌های مختلفی را شامل می‌شود که در حکمت عملی مورد توجه نیست. به بیان دقیق‌تر، امر انضمامی حیث تکامل‌یافته حکمت عملی است. امر انضمامی به زندگی روزمره با تمام شقوق متنوع و جدید آن، به اخلاق و سیاست هم می‌پردازد. امر انضمامی شامل هنر، فرهنگ، ادبیات و... می‌شود که مورد تحلیل فلسفی و عقلی است. امتدادبخشی به فلسفه اسلامی یعنی پایین آمدن از انتزاعی صرف بودن و وارد کردن امتداد آن در مسائل انضمامی و عینی با حفظ مباحث هستی‌شناسی. فلسفه اسلامی در مباحث وجودشناسی قابلیت درگیری با مسائل روزمره را دارد؛ مثل مسئله «معنای زندگی» و «سبک زندگی» که می‌تواند در این عرصه مورد بررسی قرار گیرد.



## ۲. بررسی کیفی نسبت سبک زندگی و معنای زندگی

منظور از بررسی کیفی در این رابطه، روشن شدن دو ابهام است؛ یکی اینکه این رابطه یک جانبه است یا دو جانبه؟ یعنی صرفاً معنای زندگی، خاستگاه سبک زندگی است یا سبک زندگی هم می‌تواند تأثیری در معناداری زندگی داشته باشد؟ دیگر اینکه با فرض یک معنای زندگی، آیا تنها یک سبک زندگی شکل می‌گیرد یا گونه‌های مختلفی می‌تواند داشته باشد؟ در صورتی که گونه‌های مختلف سبک زندگی از یک معنا حاصل شود، ریشه این گوناگونی‌ها در چیست؟





## ۱-۲. بررسی رابطه متقابل سبک زندگی و معنای زندگی

این موضوع از دو جهت قابل بررسی است.

### ۱-۱-۲. نحوه اثرگذاری معنای زندگی در سبک زندگی

کشف چگونگی نسبت بین سبک و معنا، یاری‌گر تبیین دقیق سبک زندگی و مقایسه موشکافانه انواع آن است. به نظر می‌رسد ارتباط این دو مقوله از نوع همبستگی باشد. با رجوع به تعاریف منتخب دو اصطلاح، وجود همبستگی بین آن‌ها به اثبات می‌رسد. بیان شد که سبک زندگی به مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری نسبتاً پایدار اطلاق می‌گردد که از بینش‌ها و ارزش‌های آدمیان متأثر بوده، به صورت عینی در رفتار تجلی می‌یابد. بر اساس تعریف، سبک زندگی برخاسته از بینش‌ها و ارزش‌های شخص است. بینش را می‌توان آمیخته‌ای از نگرش و باور در نظر گرفت. نگرش به تمام هستی اعم از خدا، جهان خلقت، انسان و... و باوری که از نوع نگرش در انسان حاصل می‌شود. گاهی بینش مترادف جهان‌بینی لحاظ می‌شود که می‌تواند مؤید دیدگاه مطروح باشد. ارزش را می‌توان آمیخته‌ای از پسندیدگی و باور به آن در نظر گرفت. وقتی شخص مجموعه‌ای از امور را بالذات پسندیده و شایسته و برآورنده می‌داند؛ یعنی این امور برای او ارزش محسوب می‌شوند. انسان‌ها بر اساس ارزش‌هایشان امور پسندیده و ناپسندیده را تفکیک و بر مبنای آن‌ها عمل و قضاوت می‌کنند. با نگاهی به تعریف معنای زندگی - وجود انگیزه در زندگی بر اساس سلسله‌ای از معیارها جهت تشخیص خوب و بد که مبنای تصمیم‌گیری درباره پسندیده یا ناپسندیده بودن امور تا نیل به هدف هستند - به دست می‌آید که بنیان‌های تعریف سبک زندگی بر اساس معنای زندگی چیده شده است. بسیاری از متفکرین در نظام‌های فلسفی - اعتقادی مختلف نیز همبستگی بین سبک زندگی و معنای زندگی را تأیید می‌کنند. تحقق زندگی معنادار در گرو وقوع هرم معنا است، هر می‌که در بالاترین لایه، مشتمل بر هدف نهایی بوده و این هدف با گذر از اهداف میانی به صورت افعال و اعمال اختیاری در خارج تحقق می‌یابد. در واقع سبک زندگی به طور کامل در گرو هدفی است که فرد در زندگی برگزیده است (گیدنز، ۱۳۸۸: ۱۲۲). شهید صدر نیز با پذیرش این همبستگی و مبنا قرار دادن آن، سه نوع سبک زندگی را از هم متمایز می‌کند. در سبک اول، ایده‌آل‌گیری از وضع موجود جامعه، یعنی شئون مادی است و آسیب‌های زیادی بر آن مترتب است. سبک دوم، ایده‌آل‌گیری نوآورانه با نگرش به آینده، اما در محدوده اندیشه بشری است. سبک سوم، ایده‌آل‌گیری با نگرش به آینده در گستره خدایی و نامحدود و آرمانی است (صدر، ۱۳۸۱: ۱۵۳-۱۹۲). شهید مطهری با تکیه بر منابع دینی، سه نوع سبک رفتاری را بر اساس

اهداف مختلف زندگی تبیین نموده است: سبک رفتاری التذاذی که با تکیه بر هدف لذت‌های آنی شکل می‌گیرد؛ سبک زندگی تدبیری که بر اساس هدف مصلحت‌گرایی دنیایی بنا می‌شود و سبک آرمانی که انسان با هدف رسیدن به آرمان‌های مبتنی بر دین سبک رفتاری خود را می‌سازد (مطهری، ۱۳۷۷: ۵۳). همچنین او معتقد است که اندیشه‌ها و باورهای اعتقادی در رفتارهای فردی و اجتماعی تأثیرگذار است و عمل نیز در اندیشه تأثیر می‌گذارد (مطهری، ۱۳۷۶: ۱۳/۶۶۰-۶۶۵). نیز تحقیقات میدانی نشان داده است که معنای زندگی نقش مهمی را در خوب بودن در سراسر گستره زندگی انسان ایفا می‌کند و به طور مستقیم و مثبت بر کیفیت زندگی اثر دارد. بین معناداری زندگی با کیفیت زندگی همبستگی مستقیم و معناداری وجود دارد (نیکخو، ۱۳۹۵: ۱۴). به این ترتیب ثابت می‌شود که بین سبک زندگی و معنای زندگی همبستگی کامل برقرار است. این همبستگی همان نسبت بین نظر و عمل است. نظر، معناساز و عمل، سبک‌ساز است. معنا می‌گوید چگونه باید زندگی کرد و سبک می‌گوید چگونه زندگی می‌کنیم. معنا، نظام ارزشی و سبک، نظام عملکردی است.

همبستگی کامل بین معنای زندگی و سبک زندگی برقرار است. بدین معنا که معنای زندگی با ارائه الگوهایی برخاسته از متن و مبانی، سازنده الگوهای رفتاری منتهی به سبک زندگی است و در وجه مقابل چگونگی سبک زندگی نیز در معنای زندگی اثرگذار است. به گفته شهید مطهری اندیشه در رفتار، و عمل در اندیشه تأثیرگذار است. لذا همبستگی کامل این دو به صورت متقابل است. پس برای تدقیق فلسفی بر سبک زندگی و شناخت عمیق و همه جانبه آن، لازم است معنای زندگی مورد توجه قرار گیرد تا اساس و بنیان عمل شناخته شود و نیز شناخت و انس با عمل می‌تواند در شکل‌دهی و تعمیق فلسفه حیات مؤثر باشد.

## ۲-۱-۲. نحوه اثرگذاری سبک زندگی در معنای زندگی

نحوه اثربخشی معنا در سبک، آفرینشی است. یعنی مثلاً معنای زندگی الف، سبک زندگی الف را می‌سازد و رفتار و عمل بر اساس آن معنا شکل می‌گیرد. اگر بپذیریم: هر رفتاری در هر محدوده‌ای که باشد از یک اصل یا مبنایی برمی‌خیزد، در این صورت نحوه اثرگذاری سبک زندگی بر معنای زندگی چگونه خواهد بود؟ به عبارت دیگر کنش آدمیان پایه‌ای دارد و از مبنایی سر می‌زند و بر اصلی استوار است، این پایه‌ها مبانی و اصول رفتار، الگو یا مدل رفتاری است (فعالی، ۱۳۹۷: ۱۳۵).

اکنون سؤال اینجاست که این الگوی رفتاری که از عناصر اصلی سبک زندگی است از کجا ناشی می‌شود؟ پاسخ به این سؤال می‌تواند بیان‌گر نحوه اثرگذاری سبک بر معنا باشد.

به نظر می‌رسد دو خاستگاه کلی برای الگوی رفتاری وجود دارد:

اول: فکر و نظر؛ این خاستگاه همان فلسفه حیات است که معنای زندگی منبعث از آن است. شواهد اجتماعی، عینی و واقعی نشان می‌دهد این خاستگاه متعلق به انسان‌های اهل اندیشه است که تمام مراحل زندگی را مبتنی بر فلسفه مقبول خود طرح‌ریزی می‌کنند و یا در حالت خوشبینانه، این مبدأ مربوط به انسان‌های بالغ است که قادرند از قوه تعقل و اختیار با درایت استفاده کنند.

دوم: تقلید؛ ظاهراً اکثریت انسان‌ها سبک زندگی خود را بر اساس تقلید بنا می‌کنند؛ چرا که همه انسان‌ها در دوران طفولیت و از ابتدایی که قادر به انجام اعمال و رفتار مختارانه می‌شوند، تماماً از والدین و اعضای خانواده تقلید می‌کنند و به شیوه و سبک آن‌ها و بدون دخالت نظر و اندیشه درباره عملکردشان زندگی می‌کنند. این حالت تا دوران بلوغ که به تدریج قوای فکری تکامل پیدا می‌کند، ادامه می‌یابد. می‌توان گفت یک نوجوان یا جوان در دوران اولیه بلوغ فکری، سبک زندگی نهادینه شده‌ای دارد که اگر با چرایی فلسفی روبرو نشود، همان سبک زندگی سازنده معنای زندگی او می‌شود؛ یعنی جوان بر اساس شیوه زندگی خود در طول عمر، چرایی زیستن یا همان معنای زندگی را تفسیر می‌کند. از این مرحله به بعد، نوجوان یا جوان در دو موقعیت قرار می‌گیرد: یا به واسطه عواملی مثل مطالعه و تعقل یا تحولات اجتماعی یا گسترش ابعاد ارتباطی یا تحولات درونی، با دنیای بی‌کران اندیشه‌ها و فلسفه آشنا می‌شود و بنا بر نظر شخصی، نظام فکری و به تبع آن معنایی از زندگی را برگزیده و سبک زندگی خود را بر اساس آن شکل می‌دهد؛ یا به مانند بیشتر آدمیان، بر همان سبک سابق و معنای ناشی از آن باقی می‌ماند.

عامل دیگری که می‌تواند اثرگذاری سبک زندگی در معنای زندگی را به تصویر بکشد، ویژگی «تدریجی بودن پدیده سبک زندگی» است. رفتارهای پایدار در انسان‌ها نهادینه می‌شوند؛ پس تغییرات در آن‌ها به تدریج صورت می‌گیرد، نه دفعی و ناگهانی (فعال، ۱۳۹۷: ۱۴۹). البته موارد نادری که شخص در اثر یک اتفاق یا بروز حادثه فردی یا اجتماعی دچار تغییرات ناگهانی بینشی و نگرشی می‌شود و در پی آن سبک زندگی خود را ناگهان تغییر می‌دهد، مستثنی از این قاعده کلی است. بر اساس این نظر، چنانچه سبک زندگی در حال تغییر باشد، این تغییرات تدریجی در ابتدا نمود و مقابله خاصی ندارد و شخص در روند عادی زندگی در حالی که در مقابل تغییرات، حالت انفعالی دارد، کم‌کم پذیرای رفتار جدید است و با سپری شدن ایام و نهادینه شدن رفتار، شخص برای توجیه آن به صورت خودآگاه یا ناخودآگاه به دنبال فلسفه‌ای می‌گردد که با تغییر در ارزش‌ها و اهداف همراه باشد.

مثلاً در سبک زندگی ایرانی در دهه‌های گذشته، فرزندان بیوه یا مطلقه یا مجرد سن بالا، بر اساس ارزش‌هایی چون محوریت خانواده، اولویت و حرمت خاص والدین، جمع‌گرایی و... در خانه پدری زندگی می‌کردند؛ اما در سال‌های اخیر، با تغییرات اجتماعی، مثل تبدیل خانه‌های بزرگ قدیمی به آپارتمان‌های کوچک و در نتیجه از بین رفتن محلات و سنت‌های همسایگی، دور شدن محل کار از محل زندگی و بالا رفتن هزینه‌های حمل و نقل در کنار افزایش ترافیک، افزایش خدمات رفاهی مثل در دسترس بودن انواع غذاهای آماده و خدمات نظافت منزل و... به تدریج تمایل به زندگی مجردی در بیوه‌گان و افراد مطلقه و سپس در مجردین سن بالا ایجاد و افزایش یافت تا امروز که این سبک زندگی، یعنی زندگی مجردی به صورت امری مقبول، حتی در مجردین کم‌سن هم رواج یافته است. در پی این تغییر تدریجی سبک، تغییراتی در ارزش‌های زندگی هم دیده می‌شود؛ مثل ارزشمندی مجرد و استقلال مالی، فردگرایی و انزواطلبی، مصرف‌گرایی و...؛ این تغییر ارزش‌ها با تغییر اهداف در زندگی نیز همراه است؛ اهدافی مثل کسب درآمد هر چه بیشتر<sup>۱</sup>. به این ترتیب، با تغییر تدریجی سبک زندگی، تغییر در معنای زندگی هم دیده می‌شود.

موقعیت دیگری که می‌تواند اثرگذاری سبک زندگی بر معنای زندگی را نشان دهد، در پدیده «تقابل سبک‌های زندگی» است. زمانی که سبک زندگی‌های مختلف و بعضاً مغایر، در رقابت اجتماعی برای جلب افراد بیشتر قرار می‌گیرند، مدافعان هر سبک، جهت دفاع از سبک مقبول خویش، به جستجوی فلسفه آن می‌پردازند؛ یعنی اگر تا آن زمان سبکی صرفاً تقلیدی یا بدون اندیشه‌ورزی در مبنای آن داشتند، در این تقابل، با تعقل در تلاشند تا معنای زندگی معقول و مناسب و کامل و جذابی را منطبق بر سبک زندگی خویش مدون کنند. مثل آنچه که امروز در سطح ملی و یا حتی جهانی در تقابل سبک زندگی اسلامی و سبک زندگی غربی وجود دارد و بسیاری از افرادی که تا به حال به صورت سنتی و مورثی پایبند به سبک زندگی اسلامی بودند، بر آن شدند که تفسیر و تبیین دقیقی از سبک خود و مبانی و اهداف و دستاوردهای آن ارائه دهند.

می‌توان گفت جامع موارد فوق که بیانگر روند تحول یا تثبیت معنای زندگی، در نتیجه اقتضانات و الزامات مقوله «سبک زندگی» است، مؤلفه «انگیزه‌بخشی» است؛ بدین معنا که اگر مقوله «سبک زندگی» به عنوان پدیده‌ای پویا و مستقل و دارای هویت در حیات انسان لحاظ شود، دارای اقتضانات و

۱. قابل ذکر است که مثال فوق دامنه وسیعی دارد و با رویکردهای مختلف قابل بررسی است و تحلیل فوق یکی از وجوه مطالعاتی آن است.

## نسبت‌یابی مقولات «معنای زندگی» و «سبک زندگی»

الزاماتی است که سیر آن را ایجاد می‌کند و تحت تأثیر یا تغییر یا تثبیت قرار می‌دهد. این مقتضیات و ملزومات از عوارض ذاتی سبک زندگی است و از خارج بر آن عارض نمی‌گردد. چنانچه تصور شود این عوارض از خارج وارد شده، نوعی دور باطل است؛ چون عارضه خارجی سبک زندگی که همان علت موجد آن است، معنای زندگی است؛ به عبارت دیگر، معنای زندگی، خالق سبک است و سبک هم موجد معناست. اما اگر مقتضیات و ملزومات فوق برای سبک زندگی درون ذاتی تلقی شوند، می‌توانند در نسبت با معنای زندگی، نقش انگیزشی داشته باشند. به بیان ساده‌تر، سبک زندگی می‌تواند عامل انگیزه‌بخش برای تثبیت یا تقویت یا تغییر و تحول در معنای زندگی باشد.

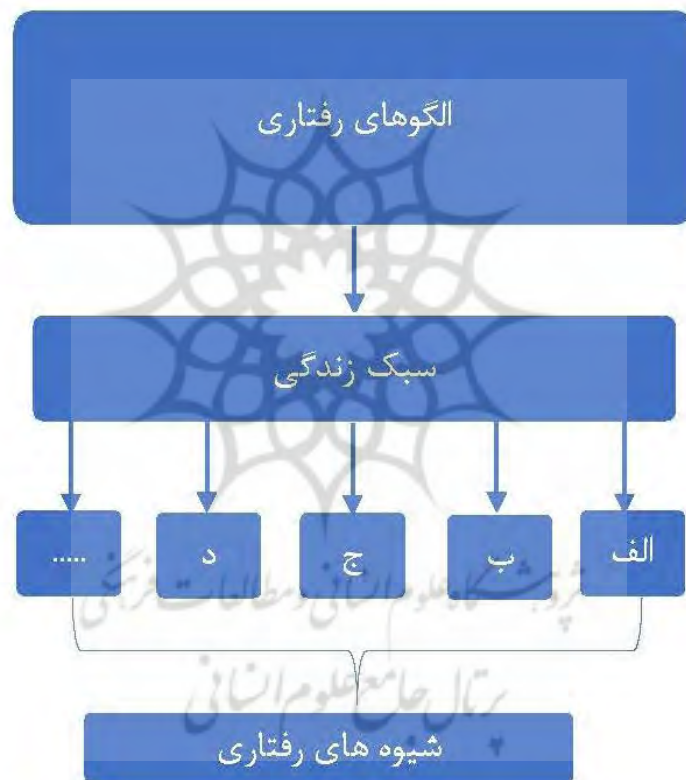


## ۲-۲. بررسی گوناگونی سبک زندگی از معنای زندگی

الگوهای رفتاری سازنده سبک زندگی هستند؛ بدین معنا که سبک زندگی، ناظر به الگوهای رفتاری است نه رفتار. اگر الگو را مجموعه اجزایی بدانیم که دارای ارتباط و انسجام معناداری باشند و در راستای تحقق هدفی واحد و مشخص قرار گیرند، می‌توان گفت هر الگویی ناظر به یک دسته رفتارهای خاص است و هر عمل خاصی تحت پوشش الگویی خاص قرار می‌گیرد. الگوهای رفتاری عام و کلی هستند و از منطبق جهان‌شمول برخوردارند. شیوه‌های رفتاری، خاص و جزئی‌اند. پس برای ساماندهی رفتار در سبک زندگی، حداقل دو امر لازم است؛ یکی الگوی رفتاری که عام و کلی است؛ دیگری شیوه رفتاری که خاص و جزئی است (فعالی، ۱۳۹۷: ۱۳۴-۱۴۰). مثلاً در سبک زندگی پدرسالارانه، الگوی تربیتی در خانواده سلطه‌گرانه است؛ اما ممکن است این سلطه‌گری با رفتارهای جزئی مختلفی نمود یابد. مثلاً ممکن است پدری رفتارهای مستبدانه و خشن، در برخورد با خانواده داشته باشد و یا

ممکن است پدری رفتارهای نرم داشته، اما از حربه اقتصادی برای پیشبرد و اعمال نظراتش بهره گیرد؛ یعنی در شرایط خاص، اعضای خانواده را در تنگنای اقتصادی قرار دهد تا به تبعیت محض از تصمیمات او تن دهند.

عوامل متعددی می‌تواند منشأ گوناگونی شیوه‌های رفتاری برای یک الگوی رفتاری یا سبک زندگی باشند؛ از جمله این عوامل می‌توان آداب و رسوم قومی و محلی، شرایط جغرافیایی و اقلیمی، انگیزش‌ها و محرکات درونی و... نام برد.



۳. بررسی نسبت سبک زندگی با دین به مثابه امری مهم در مسئله معنابخشی به زندگی شاید در وهله اول، عنوان فوق ارتباط ساختاری با دیگر عناوین این فصل نداشته باشد؛ اما اگر نسبت

دین با کلیدواژه‌ها مشخص شود، این ابهام مرتفع می‌شود. در بیان معنای زندگی آمد: وجود انگیزه در زندگی بر اساس سلسله‌ای از معیارها جهت تشخیص خوب و بد که مبنای تصمیم‌گیری درباره پسندیده یا ناپسند بودن امور تا نیل به اهداف هستند. در تعریف دین با وجود گستردگی و تعدد معانی از دیدگاه اندیشمندان حوزه‌های مختلف مطالعاتی، تعریف منتخب نگارنده بدین قرار است: اصول علمی و قواعد عملی که اعتقاد به آن‌ها، سعادت حقیقی انسان را تضمین می‌کند (طباطبایی، ۱۳۷۸: ۱۹۳/۱۶). عبارت «سلسله‌ای از معیارها جهت تشخیص خوب و بد که مبنای تصمیم‌گیری...» در معنای زندگی و عبارت «اصول علمی... که اعتقاد به آن‌ها...» در تعریف دین، دارای نوعی ارتباط مفهومی وابسته به هم هستند. به عبارت دیگر، اصول علمی معطوف به سعادت که فرد به آن‌ها معتقد است، می‌تواند سلسله‌ای از معیارها جهت تشخیص خوب یا بد را در نظام فکری شخص تشکیل دهد؛ یعنی دین می‌تواند نقش هویت‌بخشی به معنای زندگی داشته باشد. البته ناگفته نماند که همه ادیان (منطبق بر تعریف منتخب) در ایفای این نقش به نحو اتم و اکمل موفق نیستند؛ بدین معنا که تأثیر ادیان در معنا‌بخشی به زندگی، نظر به غنا و عمق معارف و اصول بنیادین آن دین، متفاوت است و دارای مراتب و شدت و ضعف است؛ لکن مهم در این رساله، اثبات همین نقش هویت‌ساز، حتی به صورت حداقلی است. پس دین می‌تواند یکی از عوامل و یا تنها عامل تشکیل‌دهنده نظام معنایی در حیات بشر باشد.

نظر به مطالب فوق، چنانچه سبک زندگی در یک نگاه کلان و تعریف کلی، الگو یا کلیت رفتاری، ناشی از تمایلات و ترجیحات باشد و اگر تمایلات و ترجیحات متأثر از نظام معنایی افراد و دین، مؤثر در معنای زندگی باشد، پس دین و سبک زندگی با یکدیگر رابطه دارند و امکان ذاتی برای برقراری این رابطه وجود دارد. این رابطه دو سویه است (مهدوی کنی، ۱۳۸۶: ۱۸۷). مؤید این نظر، همان تقسیم‌بندی انواع سبک زندگی در اندیشه شهید صدر است که پیشتر به آن اشاره شد. در جایی که ایشان کامل‌ترین و بهترین سبک را منبعث از دین الهی و تحت اراده خدا می‌داند (صدر، ۱۳۸۱: ۱۸۵-۱۹۲). همچنین شهید مطهری بر این مهم، یعنی تأثیرپذیری سبک آرمانی از دین و تحت لوای آموزه‌های وحیانی تأکید دارد (مطهری، ۱۳۷۷: ۵۳).

مرور ادبیات رابطه دین با سبک زندگی در علوم اجتماعی نشان می‌دهد به لحاظ تجربی، سبک‌های زندگی از دین متأثرند. اما چگونگی این تأثیرگذاری بر سبک زندگی در ادیان مختلف متفاوت است و الگوی مشخص و ثابتی در این زمینه وجود ندارد. مثلاً کالونیسم انگیزه و اخلاق لازم را برای ظهور

سرمایه‌داری و سبک‌های زندگی متناسب با آن پدید آورده است و اخلاق و ایدئولوژی ساموراییان به توسعه نهادهای اجتماعی و انگیزه‌های فردی مشروعیت بخشیده است. در دیترویت، دین بر الگوهای رفتاری مانند ازدواج، روابط خانوادگی، انتخاب محل سکونت اشتغال زنان، تفریحات و گذران اوقات فراغت اثر می‌گذارد. لذا می‌توان گفت تأثیر دین بر سبک زندگی انکارناپذیر و به مورد خاص بودن و شرایط زمانی و مکانی خاص وابسته است. به طور کلی جهت‌گیری فرآیند اثربخشی دین (دربردارنده نظام معنایی) بر سبک زندگی در بالاترین سطح، جهت‌دهی آن به سوی اهداف غایی دین است و حداقل این تأثیر، تجلی و جوه یا بخش‌هایی از آموزه‌ها و نمادهای دینی به عنوان مؤلفه‌های سبک زندگی است (مهدوی کنی، ۱۳۸۶: ۲۲۸-۲۲۹). از سویی دیگر، سبک زندگی نیز می‌تواند بر دین اثر داشته باشد؛ به این صورت که اگر دین دارای دو بخش صورت و متن باشد، بخش صورتی دین می‌تواند متأثر از سبک زندگی باشد؛ تحت عنوان «بررسی گوناگونی سبک زندگی...» آمد که سبک زندگی متأثر از آداب و رسوم و شرایط اقلیمی و جغرافیایی است. چنین سبک‌هایی در عینیت‌بخشی به متن و محتوای دین و نمایان‌سازی بخش صورتی دین می‌توانند اثرگذار باشند؛ مثلاً بر اساس تحقیقات تجربی، روزه و روزه‌داری در ماه مبارک رمضان به عنوان یکی از مهم‌ترین آموزه‌های دین، در معنابخشی به زندگی بسیار مؤثر است. (نک: نوری، ۱۴۰۲: ۳۴). بررسی کیفیت برگزاری مراسم افطار به عنوان یک مراسم مذهبی و دینی در جوامع و فرهنگ‌های مختلف، متأثر از سبک زندگی آن فرهنگ‌ها است.

### نتیجه‌گیری

قوای انسانی به دو نیروی عقل نظری (عهده‌دار ادراک علوم و معارف) و عقل عملی (عهده‌دار ادراک کارهای تدبیری) تقسیم می‌شود که در حالت تعادل، وابستگی متقابل داشته و جدایی‌ناپذیرند. حکمت نظری (در پی شناخت حقایق هستی) و حکمت عملی (در پی شناخت فعالیت‌های مدبرانه) منبعث از آن دو هستند. صورت تکامل‌یافته حکمت عملی در مقوله «امر انضمامی» است. مسئله «معنای زندگی» و «سبک زندگی» از مصادیق آن است. عقل نظری انسان را به شناخت هستی، اعم از خدا و جهان و انسان سوق می‌دهد. این امر در قالب حکمت نظری منجر به کنجکاوی بشر نسبت به مسئله «حیات» می‌شود. شناخت ارزش‌ها و اهداف حیات مسئله «معنای زندگی» را می‌سازد. وقتی معنای زندگی در ذهن بشر شکل گرفت، بر اساس آن قوای مدبره (عقل عملی) در پی تدبیر زندگی (حکمت عملی) برمی‌آید و شیوه زیستن با کم و کیف مشخصی (سبک زندگی) بروز و ظهور می‌کند و به موضوع مطالعاتی در حوزه امر انضمامی تبدیل می‌گردد. معنای زندگی می‌تواند خاستگاه سبک زندگی




باشد؛ یعنی معنای زندگی با ارائه الگوهای معنایی منجر به الگوهای رفتاری، نقش آفرینشی در سبک زندگی دارد؛ اما سبک زندگی به واسطه عواملی چون تقلید یا جریان‌های اجتماعی در معنای زندگی اثر می‌گذارد؛ یعنی سبک زندگی، نقش انگیزشی در تغییر یا تثبیت معنای زندگی دارد. پس تأثیر معنای زندگی بر سبک زندگی مقدم است؛ لذا تثبیت سبک زندگی ایده‌آل، نیازمند تقویت فلسفه حیات است. با غنی شدن معنای زندگی با مبانی فکری متعالی، سبک زندگی مطلوب ترسیم و تقویت می‌شود. سبک زندگی از مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری در عرصه‌های مختلف حیات تشکیل شده که هر الگوی رفتاری می‌تواند به شیوه‌های رفتاری متعددی بروز و ظهور پیدا کند. همچنین دین به عنوان عامل مهمی در شکل‌گیری معنای زندگی - بسته به مبانی و اصول و محتوای آن دین - در سبک زندگی با درجات مختلفی اثرگذار است و سبک زندگی نیز وابسته به آداب و رسوم و مقتضیات اقلیمی و جغرافیایی می‌تواند در شکل و صورت آداب و مناسک و شعائر دینی مؤثر باشد.



## منابع

۱. بیات، محمدرضا (۱۳۹۰)، دین و معنای زندگی در فلسفه تحلیلی، قم: دانشگاه ادیان و مذاهب.
۲. جعفری، محمدتقی (۱۳۹۳)، تفسیر و نقد و تحلیل مثنوی جلال الدین محمد بلخی، ج ۲، تهران: اسلامی و مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری.
۳. \_\_\_\_\_، (۱۳۹۸)، ترجمه و تفسیر نهج البلاغه، ج ۵، تدوین و تنظیم: عبدالله نصری، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۴. \_\_\_\_\_، (۱۴۰۰)، معنای زندگی - مجموعه آثار، ج ۱۱، تدوین و تنظیم: عبدالله نصری، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۵. جوادی آملی، عبدالله (۱۳۸۶)، ریحیق مختوم، ج ۱، محقق: حمید پارسانیا، قم: اسراء.
۶. \_\_\_\_\_، (۱۳۸۹)، حکمت نظری و عملی در نهج البلاغه، محقق: حسین شفیعی، قم: اسراء.
۷. صدر، سیدمحمدباقر (۱۳۸۱)، سنت های تاریخ در قرآن، ترجمه: سیدجمال الدین موسوی، تهران: تفاهم.
۸. طباطبایی، محمدحسین، (۱۳۷۸)، تفسیرالمیزان، ترجمه: محمدباقر موسوی، قم: دفتر انتشارات اسلامی.
۹. علیزمانی، امیرعباس (۱۳۸۶)، «معنای معنای زندگی»، نامه حکمت، ش ۵ (۱): ۵۹-۸۹.
۱۰. فعالی، محمدتقی (۱۳۹۷)، مبانی سبک زندگی اسلامی، تهران: مؤسسه دین و معنویت آل یاسین.
۱۱. کاتینگام، جان (۱۳۹۲)، معنای زندگی، ترجمه: اسماعیل علیخانی، تهران: انتشارات علمی و فرهنگی.
۱۲. گیدنز، آنتونی (۱۳۸۸)، تجدد و تشخص، جامعه و هویت شخصی در عصر جدید، ترجمه: ناصر موفقیان، تهران: نی.
۱۳. مطهری، مرتضی (۱۳۷۶)، مجموعه آثار، ج ۱۳ (مقالات فلسفی)، تهران: صدرا.
۱۴. \_\_\_\_\_، (۱۳۸۳)، کلیات علوم اسلامی، ج ۲ (کلام، عرفان، حکمت عملی)، تهران: صدرا.
۱۵. مهدوی کنی، محمدسعید (۱۳۸۶)، دین و سبک زندگی، تهران: دانشگاه امام صادق.
۱۶. نصری، عبدالله (۱۳۹۶)، آری گویی به زندگی، تهران: فرهنگ و معارف اسلامی.
۱۷. نوری، اعظم، (۱۴۰۱)، «تأثیر روزه در صمیمیت و آرامش روانی خانواده»، ره توشه، معاونت فرهنگی دفتر تبلیغات اسلامی.

نسبت‌یابی مقولات «معنای زندگی» و «سبک زندگی» 

۱۸. نیکخو، غلامحیدر (۱۳۹۵)، بررسی روابط ساختاری اثر سبک و معناداری زندگی، رساله دکتری، استاد راهنما: دکتر خلیل اسماعیل پور، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز.

