

بررسی سبک زندگی به شیوه اسلامی و مقایسه آن با سبک زندگی به شیوه امروزی و مدرن

زهرا باقری نیا^۱

چکیده

سبک زندگی هرانسانی نشاندهنده اهداف او در زندگی است که آن شخص چه ویژگی هایی دارد؟ سلیقه، علایق او و چیزهایی که به نظر او خوشایند و ناخوشایند است چیست؟ افراد، تحت تأثیر عوامل و شاخص های مختلف و علایق خود قرار می گیرند و همین تأثیرگرفتن و سلیقه هاست که سبک زندگی را تشکیل می دهد. باتوجه به سبک زندگی هرانسانی می توان گفت که آیا برای یک فرد، فقط زندگی دنیوی و غرایز مادی و بهره بردن از لذت های دنیا مهم است یا نه در کنار مادیات، برای او معنویات و دین خداوند نیز از جایگاه و اهمیت بالایی برخوردار است که در زندگی بسیار مهم و جهت دهنده اهداف انسان است پس همین عامل بسیار مهم و ضروری اهمیت بسیار زیادی در جهت دادن به کارها و اعمال انسان دارد. این مقاله به روش توصیفی-تحلیلی درصدد بررسی سبک زندگی اسلامی و مقایسه آن با سبک زندگی به شیوه امروزی و مدرن است.

واژگان کلیدی: سبک زندگی، سبک زندگی اسلامی، سبک زندگی مدرن.

^۱ . طلبه سطح ۲ مدرسه علمیه کوثر(س) تویسرکان.

مقدمه

سبک زندگی هر انسانی نمایانگر شیوه زندگی اوست که هر انسانی با تأثیرپذیری از یکسری اجزاء و شناخت ها به طور خواسته یا ناخواسته برای خود سبک زندگی انتخاب می کند.

حال یکسری اجزاء وجود دارد که ارتباط مستقیم با انتخاب سبک زندگی انسان ها دارد و در میان تمام سبک ها باید گفت بهترین نوع سبک زندگی، سبک زندگی دینی اسلامی است؛ زیرا تمام ابعاد مادیات و معنویات و روحیات و... را در نظر می گیرد و قابل استفاده در گذشته، حال و آینده نیز می باشد و منافاتی با زندگی امروزی و مدرن ندارد؛ زیرا این سبک به همه ی زمان ها و بعدهای زندگی انسان هم پرداخته و هیچ چیز را نادیده نگرفته است. حال این سوال مطرح است که سبک زندگی یعنی چه؟ و بهترین سبک زندگی برای همه زمان ها مخصوصاً امروز چیست؟ و چه سبکی مفید است؟

می توان گفت که تحقیقات اندکی در مورد سبک زندگی وجود دارد و به طور دقیق به این موضوع پرداخته نشده است اما این مقاله، هم اجزاء و شاخص های تأثیرگذار برای بهترین سبک زندگی را مورد بررسی قرار داده و هم آن را با سبک زندگی امروزی مقایسه کرده است تا انسان ها در انتخاب کوچک ترین کارهای زندگی خود دقت کنند تا سبکی سالم و مفید برای زندگی خود داشته باشند.

تعیین ضرورت بحث و تحقیق در مورد سبک زندگی درضمن دو مورد بیان شده است:

۱- سبک زندگی اسلامی و مقایسه آن با سبک زندگی مدرن.

۲- اجزاء و شاخصه های تأثیرگذار بر سبک زندگی.

هدف از نگارش این تحقیق اهمیت دادن به مسئله سبک زندگی سالم و انتخاب بهترین نوع سبک زندگی برای افراد جهت سالم زندگی کردن و عاقبت بخیری انسان ها می باشد.

مفهوم شناسی

تعریف لغوی و اصطلاحی سبک زندگی

- سبک در لغت به معنی طرز، شیوه، روش، طرز بیان مافی الضمیر گویند. (معین، فرهنگ فارسی معین، ج ۱، ص ۶۷۷)
- زندگی به معنای زنده بودن، زیست، حیات، مدت عمر، وضع مالی، مالی و منال بیان شده است. (همان، ص ۶۳۹)
- سبک زندگی همان شیوه و طرز زندگی است که هرکس در یک جامعه برای خود برگزیده و براساس آن رفتار و کردار خود را شکل می‌دهد. (فاضلی، مصرف و سبک زندگی براساس آموزه های اسلامی (با رویکرد رسانه ای)، ج ۱، ص ۲۵)

تعریف سبک زندگی

سبک زندگی درواقع شیوهی زندگی خاص یک فرد، گروه یا جامعه است. سبک‌های زندگی می‌تواند حوزه‌های مختلفی از قبیل تلقی‌ها و ارزش‌ها و شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها در هرچیزی را دربر می‌گیرد. در بیشتر مواقع مجموعه عناصر سبک زندگی در یک‌جا جمع می‌شوند و افراد در یک سبک زندگی مشترک می‌شوند. گروه‌های اجتماعی اغلب یک نوع سبک زندگی را انتخاب و یک سبک خاص را تشکیل می‌دهند. (همان، ص ۱۶)

سازمان بهداشت جهانی، سبک زندگی را این‌گونه تعریف می‌کند: «اصطلاح سبک زندگی به روش زندگی مردم و بازتابی کامل از ارزش‌های اجتماعی، طرز برخورد و فعالیت‌ها اشاره دارد. همچنین ترکیبی از الگوهای رفتاری و عادت‌های فردی در سراسر زندگی (فعالیت‌های بدنی تا تغذیه، اعتیاد به الکل و دخانیات و...) است که درپی فرآیند جامعه‌پذیری به‌وجودآمده است. (فیضی، درآمدی بر سبک زندگی اسلامی، ص ۲۷)

کلی‌ترین اقسام سبک زندگی در جهان

۱. براساس هدف متعال، رشد و تکامل فردی و اجتماعی (سبک زندگی اسلامی)

برای یافتن بهترین نوع سبک زندگی، الگویی لازم است که همه مؤلفه‌های شناختی و رفتاری انسان را به بهترین شکل در نظر بگیرد و از جهت دیگر با یافته‌های مسلم علمی مخالف نباشد و دنیا و آخرت را در کنار هم ببیند و از هیچ‌یک از ابعاد مادی و معنوی انسان غافل نشود. می‌توان ادعا کرد که سبک زندگی اسلامی این‌گونه است. (کاویانی، سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، ص ۲۹)

همان‌طور که می‌دانیم، سبک زندگی ناشی از تمایلات و ترجیح‌ها است می‌دانیم تمایلات و ترجیح‌ها متأثر از نظام معنایی آموزه‌ها، نهادها و ساختارهایی هستند که پیروانش را در ایجاد سبک زندگی مبتنی بر آن‌ها توانمند می‌کند این‌گونه است سبک‌های زندگی ناشی از یک فرهنگ دینی را می‌توان سبک زندگی دینی نامید. (مهدوی کنی، دین و سبک زندگی، ص ۱۸۷)

اسلام دینی است که هر ابعاد زندگی را پوشش می‌دهد. دینی است که برای تمام مقاطع زندگی و در تمام شرایط برنامه دارد. به‌گونه‌ای که در گام نخست در گام نخست با ارائه جهان‌بینی و ایدئولوژی ویژه‌ای، زیربنای شکل‌دهی به زیست دین‌دارانه را می‌سازد و در مرحله بعد با ارائه‌ی ادب، دستور کارهای ویژه‌ای برای همه ابعاد زندگی انسان دارد. درحقیقت به‌دنبال شکل‌دهی به نوع خاصی از زیست انسانی است. دستورالعمل‌های اخلاقی، حقوقی و فقهی دین، در واقع به‌منظور عرضه‌ی الگویی از زیست دینی و خداپسندانه است. شیوه‌نامه‌ای که در حوزه پوشش، خوراک، آرایش، خانواده، همسایگان، هم‌کیشان و غیرهم‌کیشان و تعاملات و ارتباطات بین‌الادیانی و بین‌مذهبی در دین مطرح‌شده است همگی برای ساختن سبک زندگی دینی است. (شریفی، همیشه بهار، ص ۳۳)

۲. براساس لذت‌طلبی مطلق (سبک زندگی غربی)

در سبک زندگی سرمایه‌داری غرب آن‌چه اهمیت پیدا کرده‌است انسان محوری به‌جای خدامحوری است انسان مصلحت‌اندیش و منفعت‌طلب، مادی‌گرا، کسب قدرت و لذت را بنای هررفتار خود قرار داده است. او تعریفی که از دین در این فضا ارائه می‌دهد از قالب قواعد رفتاری و ارزش‌های عقل خود فراتر نمی‌رود.

در این تعریف اگر برخی وجه معنوی قائل هستند، آن را منحصر در زندگی و اخلاق فردی می‌دانند؛ لذا این که دین خودیک میدان (زیر فضای اجتماعی) است و افراد در آن به کسب قدرت و سرمایه‌ها به رقابت می‌پردازند. (بورديو، نظریه هرکنش اجتماعی، ص ۱۷۵)

به‌طور کلی می‌توان گفت در دنیا و سبک زندگی اسلامی و غربی وجود دارد هرچند هرکدام از این دو ممکن است زیرمجموعه‌های فراوان داشته باشند اما اگر ما بخواهیم سبک زندگی را به‌طور کلی این دو بدانیم باید اجزاء و شاخص‌های تأثیرگذار این دو سبک به‌طور دقیق بررسی شود و درنهایت بهترین سبک زندگی ارائه و انتخاب شود هرچند ممکن است جوانان امروزی تمایل زیادی به سبک زندگی غربی داشته باشند و آن را سبک مدرن و امروزی بدانند اما باید متذکر شد که سبک زندگی اسلامی نه‌تنها با سبک زندگی ما در تضاد نیست بلکه برای همه اجزاء و ابعاد زندگی در همه زمان‌ها چه گذشته، چه آینده و چه حتی حال برنامه مناسب ارائه داده است که می‌توان با استفاده از آن بهترین زندگی رو هم به‌لحاظ معنویات و هم مادیات داشت.

اجزای سبک زندگی

۱- ساختار اجتماعی

اصل در زندگی انسان، زندگی اجتماعی است، با یک نگاه سطحی و سریع به آن می‌شود فهمید اسلام دین زندگی اجتماعی است شاید نشود گفت این موضوع نیاز به توضیح و استدلال دارد. قوانین زندگی (مربوط به خرید و فروش، ازدواج، خانواده، جنگ و صلح، رابطه اخلاقی افراد بایکدیگر، بسیاری از عبادات، توجه به امور سیاسی و اداره حکومت، احکام ارث، وصیت، دیانت، قصاص و...) همگی که در قرآن آمده، بیشتر اجتماعی است. البته مواردی مانند عبادات نیز صددرصد فردی اند واژه‌هایی مثل «قوم» و «ناس» و «امت» و... هرکدام

در حال چرخش و تغییر باشد. امروزه با پیشرفت ارتباطات جوامع دست‌خوش تغییرات بسیاری شده اند. رسانه‌های همگانی مانند تلویزیون و ماهواره در سطح جامعه جایگاهی را اشغال کرده‌اند که از آن جایگاه به‌طور فزاینده چه در سطح ملی و بین‌المللی مطرح شده اند. از آن‌جا که فرهنگ از طریق رسانه‌های جمعی جریان می‌یابد، اشکال متفاوت زندگی توسعه می‌یابد. (خوشنویس، بررسی تأثیر برنامه‌های تلویزیون بر سبک زندگی، ص ۲۹)

بنابراین رسانه‌ها در سبک زندگی تأثیر فراوانی دارند؛ زیرا افراد به‌راحتی در تمام دنیا می‌توانند باهم در ارتباط باشند و همین ارتباطات باعث الگوگیری از فرهنگ‌ها و انتقال سبک‌های زندگی می‌شود.

۶- الگوی خرید

یکی از رایج‌ترین و روزمره‌ترین کارهایی که به نظر خیلی از ماها نمی‌آید، خرید و مصرف است شاید بعضی یمن از خریدهای روزانه فقط چانه زدن و تخفیف گرفتن را به یاد بیاوریم و کمتر به این فکر کنیم که پشت هر خرید و مصرف الگویی نهفته است که تابع شرایط روان‌شناختی و جامعه‌شناختی است. شیوه خرید کردن و نوع کالاهایی که خریداری می‌شوند شاخصی برای سبک زندگی می‌باشند. البته این شاخص زمانی کارآمد است که در خصوص کالاهایی به‌کار برده شود که انواع آن وجود دارد و به‌لحاظ قیمت برای بخش عمده جامعه دست‌یافتنی باشد. (فاضلی، مصرف و سبک زندگی، ص ۱۲۹)

خرید کردن انسان می‌تواند به‌راحتی نمایانگر سبک زندگی او باشد چون خرید بخصوص خرید لباس نشان‌دهنده این است که فرد سبک زندگی اسلامی دارد یا نه! سبک او غربی است؟ زیرا اگر از لباس‌های پوشیده استقبال و خرید کند نشان‌دهنده اسلامی بودن و اهمیت او به پوشیدنی است اما اگر از لباس‌های امروزی و باز استقبال کند نشان از سبک زندگی غیردینی و گاهاً غربی او دارد و به تبع برای بقیه خریدها نیز این الگو جریان دارد.

۸- خطا در الگوگیری

الگوگیری غلط خانواده‌ها و جوانان به‌سبب افزایش ناسازگاری‌های بین زن و مرد، مصرف گرایی، تغییر نوع پوشش و... شده است. باید مراقب باشیم تا شیوه‌های جدید زندگی با فرهنگ دینی ما سازگار باشد و به تغییر

و استحاله ارزش‌ها و اعتقادات ما نینجامد. نظریه‌های دور از عقل و منطق فمینیستی نتیجه‌ای جز تحقیر زن، کم بودن عاطفه، نبودن امنیت، به چالش کشیدن مفهوم مادی، افزایش میزان خشونت در خانواده، افزایش آمار طلاق، افزایش کودکان نامشروع، رواج گسترده‌ی زندگی‌های مجردی، گسترش همجنسگرایی و در یک جمله نابودی زن و نابودی انسانیت ندارد. (عسگری پرور، سبک زندگی مدرن و افزایش آمار طلاق، ص ۱۸)

متأسفانه در دنیای امروز الگوگیری و تقلید کورکورانه از یکدیگر بسیار زیاد شده‌است و افراد بدون اینکه به عواقب آن فکر کنند به راحتی از اخلاق، رفتار، کردار، لباس و پوشش و... همدیگر تقلید می‌کنند. که در بیشتر مواقع ممکن است باعث ارائه و انتخاب سبک نادرست زندگی شود.

نتیجه گیری

با توجه به تحقیقات و بررسی‌های انجام گرفته می‌توان نتیجه گرفت که هرچند در جامعه سبک‌های زندگی مختلفی وجود دارد، اما شایع‌ترین و رایج‌ترین سبک‌های زندگی در مسیر مدرن «سبک زندگی اسلامی و غربی» است که از میان این دو به جرأت می‌توان گفت که بهترین سبک زندگی، سبک زندگی دینی - اسلامی است که برای همه انسان‌ها در همه‌ی مراحل زندگی برنامه‌های کاربردی و مفید دارد که انسان را سالم و صالح بار می‌آورد و قابل استفاده برای همه زمان‌ها می‌باشد و این سبک (سبک زندگی اسلامی) می‌توان گفت قدیمی، امروزی و مدرن و حتی آینده‌نگر است و همه جنبه‌های زندگی انسان را مورد توجه قرارداد است و فقط به یک بعد زندگی نپرداخته است، بلکه جزء به جزء زندگی انسان ما را مورد کند و کاش قرار داده و بهترین برنامه‌ها را برای بشر ارائه داده است.

منابع و مآخذ

۱- کتب فارسی

- (۱) شریفی، احمد حسین، «همیشه بهار»، قم، معارف، ۱۳۹۲ ش.
- (۲) ناجح قانع، حمید، «سبک زندگی براساس آموزه های اسلامی (با رویکرد در رسانه ای)»، قم، مرکز پژوهش های اسلامی، ۱۳۹۲ ش.
- (۳) فاضلی، «مصرف و سبک زندگی»، قم، صبح صادق، ۱۳۹۲ ش.
- (۴) کاویانی، محمد، «سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن»، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۱ ش.
- (۵) مصباح یزدی، محمدتقی، «معارف قرآن (انسان شناسی)»، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۸۴ ش.
- (۶) مطهری، مرتضی، «تعلیم و تربیت در اسلام»، تهران، صدرا، ۱۳۷۴ ش.
- (۷) معین، محمد، «فرهنگ فارسی معین»، تهران، بوستان توحید فرهنگ، ۱۳۸۴ ش.
- (۸) مهدوی کنی، محمدسعید، «دین و سبک زندگی»، تهران، دانشگاه امام صادق (ع)، ۱۳۸۷ ش.
- (۹) نیکو اقبال، علی اکبر، «سرمایه داری»، تهران، سمت، ۱۳۸۷ ش.

۲- مقالات

- (۱) آقای نوروزلو، یعقوب، آقای نوروزلو، معصومه، «سبک زندگی اسلامی در افق تبیین شده مقام معظم رهبری»، بی نا، ش ۶، ۱۳۹۲ ش.
- (۲) اسماعیل نسب، «نقش معماری در سبک زندگی و تأثیرات آن برای آرامش و آسایش»، مرکز تحقیقات کاربردی معاونت مهندسی ناجا، ش ۳۸، ۱۳۹۷ ش.
- (۳) توکلی، محمدجواد، ایزانلو، امید، «تحلیل کارکردی سبک زندگی اقتصادی مطلوب در اسلام»، معرفت، ش ۲، ۱۳۹۵ ش.
- (۴) خوشنویس، ناهیده، «بررسی تأثیر برنامه های تلویزیونی بر سبک زندگی»، ماهنامه علمی- تخصصی انجمن روابط عمومی ایران، ش ۶۹، ۱۳۸۸ ش.
- (۵) غلامی، فتاح، «تأثیر شغل بر سبک زندگی»، معارف، ش ۶، ۱۳۹۴.
- (۶) فیضی، مجتبی، «درآمدی بر سبک زندگی اسلامی»، ماهنامه علمی ترویجی معرفت، ش ۱۸، ۱۳۹۲ ش.
- (۷) عسگری پرور، مریم، «سبک زندگی مدرن و افزایش آمار طلاق»، برهان، ش ۱۹، ۱۳۹۷ ش.
- (۸) محمودی، اسدالله و دیگران، «سبک زندگی اسلامی در بعد تغذیه»، اسلام و سلامت، ش ۲، ۱۳۹۴ ش.

۳- کتب انگلیسی

- (۱) بوردیو، پیر، «نظریه کنش اجتماعی»، مردیها، مرتضی، تهران، نقش و نگار، ۱۳۸۱ش.
- (۲) پیرفردیناند، دراگر، «جامعه پس از سرمایه داری»، طلوع، محمود، تهران، مؤسسه خدمات فرهنگی رسا، ۱۳۷۵ش.
- (۳) ترنر، برایان، «شرق شناسی مدرنیسم و جهانی شدن»، بیانی، علامرضا، تهران، فرهنگ لقمان، ۱۳۸۱ش.