

مولفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی اسلامی

حسین مظاہری^۱، جمشید ابراهیم پور سامانی^۲، سید داریوش رحیمی^۳

^۱ کارشناس امور فرهنگی اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان سامان

^۲ عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور مرکز شهرکرد

^۳ عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور مرکز اردل

چکیده

یکی از نظراتی که در سالهای اخیر توسط مقام معظم رهبری (مدظله العالی) خطاب به جوانان مطرح گردیده موضوع سبک می باشد که ایشان در سال ۱۳۹۱ در دیدار خود با جوانان استان خراسان شمالی این موضوع را مطرح نمودند و با توجه به موضوع فراخوان همایش، این موضوع به عنوان یکی موضوعات مرتبط با همایش انتخاب شد. روش مورد استفاده در این تحقیق روش اسنادی است. در این مقاله ابتدا تعاریف مختلف سبک زندگی و نظریه های مربوط به آن بیان شده و در ادامه شاخص های سبک زندگی و مولفه ها و شاخص های سبک زندگی اسلامی بررسی شده است. مولفه های سبک زندگی اسلامی شامل شاخص اجتماعی، عبادی، باورها به مفاهیم هستی شناختی، اخلاق، اقتصاد، سلامت، علم، دفاعی و زمان شناختی است. شاخص ها در دو بعد فردی و اجتماعی دسته بندی می شود. شاخص های فردی سبک زندگی اسلامی شامل خدا محوری و تقوا گرائی، تفکر، تلاش و کوشش، سالم نگه داشتن تن و صبر و خویشتن داری و شاخص های اجتماعی شامل تلاش و کوشش، اعتدال و میانه روی، پاییندی به خانواده، صلح رحم و دوری از اسراف و تبذیر می باشد.

واژه‌های کلیدی: سبک زندگی، سبک زندگی اسلامی، مولفه ها، شاخص ها.

مقدمه

همانطوری که راندگی در جاده نیاز به رعایت اصول و مقررات وجود علایم و نشانه هایی دارد، شیوه زندگی هم نیاز به وجود برنامه، دیدگاه نظری و نحوه عملکرد دارد که تعیین این خط مشی زندگی همان سبک زندگی^۱ نام دارد (آرمند و رسولی نژاد، ۱۳۹۴: ۲). سبک زندگی یکی از مفاهیم علوم اجتماعی است که اگر چه در دهه های اول ظهور جامعه شناسی توسعه صاحب نظرانی همچون «ویر»، «زیمل»^۲ و «آدلر»^۳ به کار رفته است، اما اکنون در آغاز هزاره سوم به واسطه فردی شدن بسیاری از جنبه های زندگی، مورد توجه جدی قرار گرفته است. سبک زندگی جنبه عینی زندگی انسانهاست که بر مبنای جنبه های ذهنی همچون ارزش ها و باورها شکل می گیرد و به متابه ابزاری قابل مشاهده، فردیت هر عضو جامعه را باز نمایی می کند (اصمی اصطهباناتی و گروسی، ۱۳۹۳: ۵۱۶).

سبک زندگی از مفاهیم بسیار مهم علوم اجتماعی است که اغلب برای بیان روش زندگی مردم به کار می رود. این مفهوم منعکس کننده طیف کاملی از ارزش ها، عقاید و فعالیت های اجتماعی است. سبک زندگی از الگوهای فرهنگی، رفتاری و عادتی شکل می گیرد که افراد به طور روزمره آنها را در زندگی فردی و اجتماعی خود به کار می گیرند. سبک زندگی شامل فعالیت های معمول و روزانه است که شخص آنها را در زندگی خود به کار گرفته و روی سلامت او تاثیر دارد. در واقع سبک های زندگی الگوهایی برای کنش هستند که مردم را از هم متمایز می کنند. سبک های زندگی کمک می کنند تا آنچه را مردم انجام می دهند و چرایی آن و معنایی که برای آنها و دیگران دارند را درک کنیم (چانی، ۱۳۷۸: ۱۱)؛ به عبارت دیگر اصلاح شیوه زندگی به روش زندگی مردم اشاره داشته و بازتابی کامل از ارزش های اجتماعی، طرز برخورد و فعالیت ها می باشد. همچنین ترکیبی از الگوهای رفتاری و عادات فردی در سراسر زندگی است که در پی فرایند اجتماعی شدن به وجود آمده است (استاجی و همکاران، ۱۳۸۶: ۱۳۴).

در علوم روان شناسی، جامعه شناسی و علوم پزشکی که به مطالعه سبک زندگی می پردازند، بیش از آنکه به شناختها و عواطف فرد به صورت سازه های ذهنی نظر داشته باشند، رفتارهای فردا به صورت عینی و مشهود مورد مطالعه قرار می دهند، ولی سبک زندگی اسلامی قدری متفاوت است؛ از آن جهت که سبک است، به رفتار می پردازد و با شناختها و عواطف ارتباط مستقیم ندارد و از آن جهت که اسلامی است نمی تواند بی توجه به نیتها باشد (کجباف، ۱۳۹۰، ج ۱: ۶۲).

در طی سالیان اخیر مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در دیدارهای مختلف خود با جوانان موضوعات مختلفی را مطرح نموده اند که نیاز جوان امروز جامعه ماست و از جمله آنها موضوع سبک زندگی است.

مساله توجه به سبک زندگی از موضوعاتی است که مقام معظم رهبری طی دو سال اخیر آن را مطرح و بر ضرورت توجه به آن تاکید نموده اند. ایشان در سال ۱۳۹۱ در دیدار با جوانان استان خراسان شمالی به این موضوع پرداختند و آن را بخش اساسی و حقیقی پیشرفت و تمدن سازی نوین اسلامی خواندند و با دعوت از نخبگان و صاحبان فکر و اندیشه برای پرداختن به این مفهوم مهم، بر آسیب شناسی وضع موجود سبک زندگی در ایران و چاره جوئی در این زمینه تاکید نمودند: «پیشرفت در علم و صنعت و اقتصاد و سیاست که بعد ابزاری تمدن اسلامی را شکل می دهد، وسیله ای است برای دستیابی به سبک و فرهنگ صحیح زندگی و رسیدن به آرامش، امنیت، تعالی و پیشرفت حقیقی».

از آن زمان تا کنون موضوع سبک زندگی و به ویژه «سبک زندگی اسلامی»^۴ مورد توجه پژوهشگران و اساتید حوزه و دانشگاه قرار گرفت و تا کنون تحقیقات زیادی پیرامون این موضوع انجام شده و همایش های مختلفی نیز در این زمینه برگزار شده است از جمله اولین همایش ملی سبک زندگی اسلامی (۱۳۹۱)، همایش خانواده و سبک زندگی در فرهنگ رضوی (۱۳۹۴).

¹ - Life style

² -Max Weber

³ - Georg Simmel

⁴ - Alfred Adler

⁵ - Islamic life styl

همایش ملی سبک زندگی، نظم و امنیت (۱۳۹۴) و همایش ملی سبک و فرهنگ زندگی اسلامی در دنیای معاصر (باistه ها، آسیب ها و راهکارها) (۱۳۹۴).

با توجه به اعلام فراخوان همایش ملی حجاب، عفاف و سبک زندگی، این موضوع به عنوان یکی از موضوعات مرتبط با همایش انتخاب و در این مقاله سعی شده ضمن تعریف واژه سبک زندگی و نظریه های مطرح شده پیرامون آن، مولفه ها و شاخصه های سبک زندگی اسلامی بررسی شود.

تعريف سبک زندگی

سبک زندگی یکی از مؤلفه های کلیدی مفاهیم علوم اجتماعی نوین به شمار آمده و در بررسی های اجتماعی و فرهنگی معاصر به تدریج جایگاه خاصی یافته است. امروزه مفهوم سبک زندگی در زبان انگلیسی در معانی گوناگونی مانند نوع، روش، سبک اثاثیه، کیفیت برتر در ظاهر، طراحی یا رفتار، تطابق با معیار شناخته شده، شیوه ای که برازنده و مناسب پنداشته می شود، خصوصا در رفتار اجتماعی؛ زیبایی، ظرافت یا سهولت و شیوه یا تکنیک به کار می رود (وبستر، ۲۰۰۴:۵۴۸). همچنین، این مفهوم با معانی نحوه عرضه، خصوصا در موسیقی یا یکی از هنرها زیبا، ترکیب طرح های مشخص ادبی یا فرضیه های هنری (وبستر، ۱۹۹۶:۹۸)، شیوه ای که در آن چیزی گفته یا انجام می شود، مثل سبک سخنرانی یا نوشتمن (آمریکن هریتیج، ۲۰۰۰:۶۲۴)، طریقه نوشتار و یا گفتار که در مقابل محتوا قرار دارد، طریقه انجام چیزی به خصوص زمانی که ویژگی یک هنرمند یا دوره هنری باشد به کار می رود (آکسفورد، ۱۹۸۷:۲۳۵). علاوه بر آن، مفهوم سبک زندگی به معنی شیوه و روش انجام چیزی خصوصا شیوه ای که برای فرد، گروهی از مردم، مکان یا دوره ای نوعی باشد، اجزا یا انجام اموری که تمایز دهنده فرد یا گروه یا سطح خاصی باشد (وبستر، ۱۹۹۶:۴۵۲)، طرز نگرش خاص فردی و سلیقه که بیانگر و ممیز راه زندگی است (وبستر، ۲۰۰۴:۲۱۴) و شیوه انجام چیزی خصوصا راهی که نشان دهنده تاکید بر طرز نگرش خاص یا مشخصه دوره معینی باشد، به کار گرفته شده است (ام ان انکارتا، ۲۰۰۴:۲۳۶).

آلفرد آدلر از این اصطلاح برای اشاره به حال و هوای زندگی فرد استفاده کرد. سبک زندگی هدف فرد، «خودپنداره^۱»، احساس های فرد نسبت به دیگران و نگرش فرد نسبت به دنیا را شامل می شود (فیست و فیست، ۱۳۹۴:۹۷).

«لیزر^۲» (۱۹۶۳) سبک زندگی را براساس الگوی خرید کالا تعریف می کند. به نظر وی سبک زندگی نشان دهنده شیوه زندگی متمایز جامعه یا گروه اجتماعی و نشان دهنده شیوه ای است که مصرف کننده در آن خرید می کند و شیوه ای که کالای خریداری شده مصرف می شود، بازتاب دهنده سبک زندگی مصرف کننده در جامعه است (خوشنویس، ۱۳۸۹:۱۰).

«یاسر من^۳» (۱۹۸۳) سبک زندگی را الگویی از مصرف می دارد که دربردارنده ترجیحات، ذائقه و ارزش هاست (ربانی و رستگار، ۱۳۸۷:۴۵)؛ سبک زندگی به مثابه مجموعه منسجمی از انتخاب ها، ترجیحات و رفتارهای مصرف گرایانه است (همان منبع).

از دیدگاه «سویل^۴»، سبک زندگی عبارت است از هر شیوه متمایز و بنابراین قابل تشخیص زیستن (چاوشیان و اباذری، ۱۳۸۱:۲۴). «سولومون^۵» اعتقاد دارد که هر جامعه ای دارای سبک و شیوه زندگی متفاوتی است. سبک زندگی، فعل و انفعال فرد را در محیط زندگی او نشان می دهد. در جوامع سنتی انتخاب های مبتنی بر مصرف به شکل گسترده ای براساس طبقه، کاست، محیط روستا یا خانواده دیکته می شود؛ در حالی که در جوامع مدرن به هر حال مردم دارای آزادی عمل بیشتری در انتخاب کالاها و خدمات و فعالیت هایی هستند که به نوبه خود هویت اجتماعی را خلق می کند (رسولی، ۱۳۸۲:۵۴).

¹ - self-concept

² - laser

³ - Yasrmn

⁴ - Sobel

⁵ - Solomon

⁶ - Arthur Sabrgr

⁷ - Anthony Giddens

به نظر «آرتور آسابرگر» برای تعریف اصطلاح «life style» با واژه فراگیری روبرو هستیم که از سلیقه فرد در زمینه آرایش مو و لباس تا سرگرمی و تفریح و ادبیات و موضوعات مربوط دیگر را شامل می شود. کلمه «سبک»، «مد» را تداعی می کند؛ پس سبک زندگی در واقع مد یا حالت زندگی یک فرد است (همان منبع).

برداشت «گیدنز» از مقوله سبک زندگی عبارت است از: «تلash برای شناخت مجموعه منظمی از رفتارها یا الگویی از کنش‌ها که افراد آنها را انتخاب کرده و کنش‌های آن‌ها در زندگی روزمره به واسطه آنها هدایت می‌شود» (خوشنویس، ۱۳۸۹: ۱۱). «سازمان بهداشت جهانی» سبک زندگی را این گونه 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 عادات فردی در سراسر زندگی (فعالیت بدنی، تغذیه، اعتیاد به الکل و دخانیات و...) است که در پی فرایند جامعه پذیری به وجود آمده است» (فیضی، ۱۳۹۲).

«محمد فاضلی» در کتاب «صرف و سبک زندگی» معنای این واژه را عبارت می‌داند از طیف رفتاری ای که اصلی انسجام بخش بر آن حاکم است و عرصه ای از زندگی را تحت پوشش دارد و در میان گروهی از افراد جامعه قابل مشاهده می‌باشد و الزاماً برای همگان قابل تشخیص نیست؛ اگر چه محقق اجتماعی میان آن و بقیه طیف رفتارهای افراد جامعه، تمایز قائل می‌شود (فاضلی، ۱۳۸۲: ۸۳). نویسنده «کتاب دین و سبک زندگی» می‌نویسد: «سبک زندگی عبارت است از الگوی هم‌گرا (کلیت تامی) یا مجموعه منظمی از رفتارهای درونی و بیرونی، وضع‌های اجتماعی و دارایی‌ها که فرد یا گروه بر مبنای پاره‌ای از تمایلات و ترجیح‌ها (سلیقه اش) و در تعامل با شرایط محیطی خود ابداع یا انتخاب می‌کند. یا به اختصار، «سبک زندگی، الگو یا مجموعه نظام مند کنش‌های مرجح است» (مهدوی کنی، ۱۳۸۷: ۷۸). در تعریفی دیگر چنین آمده است: سبک زندگی، عبارت است از الگوی زندگی فردی که در فعالیت‌ها، دلیستگی‌ها و افکار شخصی، خود را نشان می‌دهد (شوستری زاده، ۱۳۸۲: ۸۴).

برخی نیز سبک زندگی را با «هویت» پیوند می‌زنند: سبک زندگی نظام واره و سیستم خاص زندگی است که به یک فرد، خانواده یا جامعه با هویت خاص اختصاص دارد. این نظام واره، هندسه کلی رفتار بیرونی و جوارحی است و افراد، خانواده‌ها و جوامع را از هم متمایز می‌سازد (شریفی، ۱۳۹۱: ۱۴۶). این تعریف به گونه‌ای هویت فرد را در برابر دیگران به نمایش می‌گذارد. وی در جای دیگری منظور از سبک زندگی را چنین بیان می‌کند: مجموعه‌ای از رفتارها و عملکردهایی که یک فرد به منظور تامین نیازها و احتیاجات روزمره خود به کار می‌گیرد. شیوه زندگی هر فردی بیانگر هویت و معروف شخصیت آن فرد است (همان منبع). مؤلف کتاب «سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن»، سبک زندگی را این گونه تعریف می‌نماید: «شیوه‌ای نسبتاً ثابت که فرد اهداف خود را به آن طریق دنبال می‌کند (کاویانی، ۱۳۹۱: ۱۶).

تاریخچه سبک زندگی

سبک زندگی در ادبیات موجود علوم اجتماعی مفهومی نسبتاً جدید است. چنان‌که بعضاً پدیدار شدن سبک زندگی را در زمرة اختصاصات «جامعه مدرن متأخر» قلمداد کرده‌اند. طبیعی است چنانچه سبک زندگی را در مفهومی صرفاً تحت اللفظی و خنثی فهم کنیم، تلقی آن به مثابه امری نوظهور اسباب تعجب را فراهم خواهد کرد. زندگی آحاد بشر در اعصار و جوامع مختلف همواره بر اساس مجموعه‌ای از قواعد و مناسبات معین نظم و نسق یافته است و طبعاً می‌تواند در وسیع‌ترین معنا واحد سبک قلمداد شود؛ اما در ادبیات علوم اجتماعی مفهوم سبک زندگی محتوایی فراتر از این دارد و به واسطه این محتوای مشخص است که از اصلی‌ترین نشانه‌های تحولات اجتماعی و فرهنگی سه دهه اخیر غرب به حساب می‌آید. البته پیگیری و جستجوی مفهوم سبک زندگی، ما را به مواردی از استخدام آن در متون جامعه‌شناختی پیش از سه دهه اخیر نیز رهنمون خواهد ساخت. بیشتر اوقات در روایت فرآیند تکوین مفهوم سبک زندگی، به ریشه‌های آغازین و اولین مفهوم‌بندی‌های ارائه

شده از آن در کار کسانی چون ماکس وبر، گئورگ زیمل، «تورشتاین وبلن^۱» و دیگران در سال‌های آغازین قرن بیستم اشاره می‌شود (صفار هرندي، ۱۳۸۹: ۶۱).

این ریشه‌یابی به یک معنا عناصری از واقعیت را نیز با خود دارد؛ اما روشن است که مفهوم جدید سبک زندگی به وضوح فراتر از چیزی است که در آن مفهوم‌بندی‌های اولیه منعکس گردیده است. به عنوان مثال و بر مفهوم سبک زندگی را در ذیل مقوله منزلت یا احترام به عنوان یکی از اضلاع سه ضلعی مشهور خود (ثروت- قدرت- منزلت) تعریف می‌کرد. در این تعریف عملاً سبک زندگی مفهومی را کم و بیش متراffد با فرهنگ می‌یافتد. با وجود این‌که مفهوم جدید سبک زندگی در زمینه‌ی مباحثاتی شکل گرفته که از کار وبر به طور عام و دسته‌بندی سه گانه ثروت- قدرت- منزلت به طور خاص متأثر است، اما درک فاصله مفهوم جدید سبک زندگی با فهم وبر، کار دشواری نیست. در ادبیات جدید جامعه‌شناسی فرهنگ و مطالعات فرهنگی، سبک زندگی اساساً امری متفاوت از فرهنگ (البته نه غیرمرتبط با آن) تعریف می‌شود. این تفکیک بیش از هر چیز به سبب نسبتی است که میان مفهوم سبک زندگی با گسترش فردیت و اخلاق فردگرایانه در جامعه جدید برقار می‌شود. فرهنگ مجموعه منسجمی از ایده‌ها، ارزش‌ها، هنجارها، نمادها و آداب و رسوم است که فرد به واسطه دریافت و تطبیق خود با آنها امکان مشارکت در زندگی اجتماعی را می‌یابد. البته مواجهه فرد با فرهنگ لزوماً منفعلانه نیست؛ اما در نهایت فرهنگ مقوله‌ای فرافردی و کلان باقی خواهد ماند. در مقابل سبک زندگی در مفهوم جدید آن بیشتر محصولی از انسان فردیت‌یافته‌ای که آن را خلق می‌کند، قلمداد می‌شود. البته سبک زندگی نیز امری اجتماعی است. به تعبیری می‌توان آن را تابلوی نقاشی «کولاژی»^۲ دانست که تکه پاره‌های به کار رفته در آن از متن زندگی اجتماعی فراهم می‌آید؛ اما نهایتاً نوع تلفیق و ترکیب آنها گویی چیزی است که انسان مابعدتجددی فردیت‌یافته بر حسب ذوق و سلیقه خود آن را می‌سازد. البته این «ساخت» و سلیقه سازنده آن به شدت سیال، متغیر و دلخواهی است. شاید این اصلی‌ترین تفاوتی است که مفهوم سبک زندگی با فرهنگ دارد: سبک زندگی مقوله‌ای اساساً سیال، لغزنده و غیرقطعی است. سبک زندگی ریشه در ذائقه و سلیقه دارد. از این جهت شاید بتوان در میان پیشکسوتان جامعه‌شناسی کسی که بیش از همه به معنای جدید سبک زندگی نزدیک شده بود را زیمل دانست. در واقع این زیمل بود که اول بار مفهوم سبک زندگی را در نسبت مستقیم با فردگرایی مدرن و تلاش فرد مدرن برای ظاهر ساختن «یکتایی هستی خود» تعریف کرد. البته او در دهه‌های آغازین قرن بیستم از امکانات جامعه جدید - به ویژه در چارچوبی به نام کلان‌شهر - برای امکان‌پذیر ساختن چنین وضعیتی سخن می‌گفت. اما به طور حتم دهه‌های پایانی این قرن شواهد و نشانه‌های عینی بیشتری را در جهت نشان دادن امر فراهم آورده است (همان منبع).

مفهوم جدید سبک زندگی را می‌باید در نسبت مستقیم با تحول مهم اندیشه و علوم اجتماعی غرب در اوایل دهه ۱۹۸۰ فهم کرد. این تحول که بعضاً با عنوان «چرخش فرهنگی^۲» از آن یاد می‌شود، به اهمیت یافتن بیشتر مفهوم فرهنگ و توابع و مشتقات آن در علوم اجتماعی منجر شد. در واقع اصحاب چرخش فرهنگی معتقد بودند نظریه‌های کلاسیک علوم اجتماعی در دهه‌های پایانی قرن نوزدهم و ابتدای قرن بیستم در تعامل با شرایط خاصی پدید آمدند که دگرگون شدن این شرایط ایجاد تحول بنیادین در این حوزه را به یک الزام مبدل ساخته است. مهمترین وجه این دگرگونی در انتقال مرکز ثقل جامعه جدید از تولید به مصرف و از اقتصاد به فرهنگ بود. رشد بخش خدمات، گسترش بروکراسی و آموزش عمومی شکل‌بندی اجتماعی جامعه صنعتی را به کلی متفاوت از مقطع پایانی قرن نوزدهم و آغاز قرن بیستم ساخت. به طور مشخص از جهت ترکیب طبقاتی، جامعه صنعتی نیمه دوم قرن بیستم به طور متزايدی متشكل از طبقه متوسط جدید بزرگ و فربه بود که بخش اعظم صحنه اجتماعی را اشغال می‌کرد. در چنین وضعیتی اساساً تحلیل‌های طبقاتی که سابق بر این نقشی کلیدی در مباحثات علوم اجتماعی (بالاخص نظریه‌های چپ) داشت، بلا موضوع به نظر می‌رسید. در این شرایط مفهوم سبک زندگی به عنوان یک ابزار تحلیلی جایگزین طبقه و مشتقات آن که دست‌کم از نظر اصحاب چرخش فرهنگی دیگر توانایی خود در تشریح وضعیت‌های جدید اجتماعی را از دست داده بودند، گردید. از این رو نه تنها پیدایی «سبک‌های زندگی» مشخصه وضعیتی که

¹ - Thorstein Veblen

² - Cultural Turn

از آن با تعبیری چون «جامعه اطلاعاتی»، «جامعه پساصنعتی» و «وضعیت ما بعد تجدیدی» (پست مدرن) یاد می‌شود، قلمداد شد که این مفهوم به مثابه یک ابزار تحلیلی مناسب برای سنجشناصی و دسته‌بندی افراد این جامعه شناسایی گردید. در عین حال چنین تحولی عرصه سیاست را نیز از خود متاثر ساخت. برخی تحلیل‌گران سیاسی و اجتماعی، از به حاشیه رفتن مسائل طبقاتی و پرنگ شدن مسائلی چون هویت و سبک‌های زندگی در عرصه سیاسی و رقابت‌های انتخاباتی احزاب جوامع صنعتی سخن گفته و از آن با عنوان «سیاست زندگی» یاد کرده‌اند (همان منبع).

گستره و حوزه مفهوم سبک زندگی خالی از مناقشات بی‌پایان اصحاب علوم اجتماعی نبوده است. برخی تلاش کرده‌اند تا با قرار دادن سبک زندگی ذیل مفهوم طبقه‌اجتماعی بیوایی و غنای بیشتری بدان (طبقه) بخشنده؛ اما در مقابل عده بیشتری سبک زندگی را مفهومی در عرض طبقه و امری و رای تقسیمات طبقاتی قلمداد کرده‌اند. این که آیا سبک زندگی فقط رفتار و نمودهای بیرونی فرد را شامل می‌شود یا ذهنیت و نگرش او را نیز در بر می‌گیرد، محل نزاع دیگری بوده است. اغلب قلمرو این مفهوم آن چنان گسترده تعریف شده است که همه چیز، از الگوی مصرف، نوع پوشش، دکوراسیون خانه و محل کار، ژسته‌های رفتاری، نحوه صحبت، فعالیت‌های اوقات فراغت تا نگرش‌های سیاسی و اجتماعی و علاقه‌مندی‌های شخصی را در بر می‌گیرد. با این وجود بخش اعظم کارهای تجربی که در آن از سبک زندگی به عنوان یک ابزار تحلیلی استفاده شده، این مفهوم را در نسبت با دو مقوله مورد استفاده قرار می‌دهند: الگوی مصرف و اوقات فراغت. چنان که بیراه نیست اگر این دو را مؤلفه‌های اصلی تعیین و تشکیل سبک زندگی قلمداد کنیم. بیان رابطه‌ی تنگاتنگ سبک زندگی با مصرف و اوقات فراغت اگر چه نوعی اخبار از چارچوب مفهومی خاص است، ولی در ورای آن می‌تواند حاوی بصیرتی غرب شناسانه نیز باشد و ما را در تلقی ضمنی موجود از مفهوم زندگی در جامعه مدرن متأخر یاری کند (همان منبع).

نظریه‌های سبک زندگی

در جریان رواج مصرف گرایی و امکان انتخاب و گزینش کالاهای افراد صاحب سبک زندگی شدند. نشانه‌های گسترش سبک زندگی حاصل از جامعه مصرفی را جامعه شناسانی چون وبلن، وبر و زیمل در اوایل قرن بیستم به تصویر کشیدند. وبلن و زیمل سبک زندگی طبقه متوسط کلان شهر را تصویر کردند. سبکی که در آن مصرف لباس، زیور آلات و انواع کالاهای لوکس نقشی محوری داشت (نیازی و کارکنان نصر آبادی، ۱۳۹۰: ۱۸۵). لذا در ادامه به نظریه‌های آنها و همچنین نظریه بوردیو و دیگران پیرامون سبک زندگی اشاره می‌شود.

۱- تورشتاین و بلن

از دیدگاه تورشتاین وبلن، داشتن سبکی خاص به معنای چیزی بیشتر از علائق خاص فراغت است. داشتن سبک زندگی خاص و خودنمایی برای نشان دادن تعلق به گروهی خاص در جامعه به برجسته کردن تمایزهای گروه‌های دیگر منجر شده است. به نظر وی ثروت مهمترین عامل کسب منزلت است که باید نمود خارجی داشته باشد و بهترین نمود آن «صرف تظاهری و نمایشی» است. برای نمونه، افراد با نوع پوشش، آرایش و زیور آلات، خود و طبقه خود را از سایرین متمایز می‌کنند (همان منبع: ۱۸۶).

به نظر وبلن طبقه مرffe یا تن آسای، ابتدا از طریق کسب مال و ثروت تشکیل شد. ثروت بیشتر قدرت بیشتری را برای این طبقه به همراه آورده است. داشتن ثروت اگرچه منبع منزلت بوده است، لیکن نشان دادن این ثروت افتخارآمیز است. به نظر وی فراغت خودنمایانه که از طریق اشتغال فرد به کارهای غیر تولیدی نمایش داده می‌شد، نشان دهنده ثروت فرد بود. کار غیر تولیدی نشان می‌داد که فرد برای فراغت و تفریح کار می‌کند و اشتغال به کار مولد به طبقات پایین تر اختصاص دارد. فراغت خودنمایانه در اجتماعات کوچک کاربرد داشت، ولی در جامعه شهری امکان نمایش ثروت از این طریق میسر نبود. در مرحله شهرنشینی این مصرف خودنمایانه است که در خدمت نشان دادن ثروت قرار می‌گیرد. وبلن فکر می‌کرد که طبقات مرffe بدین وسیله به اقتدار هنگاری دست می‌یابند و خود را به الگوی جامعه تبدیل می‌کنند (رسمی و اردشیر زاده، ۱۳۹۲: ۱۲).

وبلن پدیده «مد^۱» را نیز به کمک انگیزش‌های اجتماعی رفتار رقابت آمیز تبیین می‌کرد. مد مختص به طبقه بالایی است که می‌خواهد نشان دهد برای کسب درآمد مجبور به کارکردن نیست. مد در سطح جامعه توسعه می‌یابد و از سوی طبقات پایین‌تر تقليید می‌شود. طبقات بالاتر نیز برای حفظ موقعیت اجتماعی خود صور جدیدتری از الگوهای مصرف می‌آفرینند. «به روز بودن» معیاری است که طبقه مرffe برای بازتولید جایگاه مرffe مسلط خود تعریف می‌کند (همان منبع).

دو پدیده دیگر که وبلن آنها را به کمک نظریه خود تبیین می‌کند عبارتند از تجمل گرایی زنان و برخی فعالیت‌های ثروتمندان. در نظر وبلن در زمانه او مردان آمریکایی قدرت و ثروت خود را از طریق زنانشان نمایش می‌دادند. این ایده وبلن بازتولید پدر سالاری در قالب های زیرکانه تراست. زنان هم از طریق اقتباس الگوی مصری و هم ترتیب دادن منزل و خانه ای که احترام دیگران برای قدرت و ثروت شوهر را برانگیزد، پدر سالاری موروئی را باز تولید می‌کنند. وبلن سبک زندگی را پدیده ای گروهی می‌داند، چیزی که محصول تعلق طبقاتی بوده و ماهیت مستقلی نیز ندارد و نمودی از وجود طبقاتی است (همان منبع).

به هر حال وبلن تنها جامعه شناس کلاسیکی است که به تحلیل پدیده مصرف پرداخته و به همین دلیل در مباحث مربوط به مصرف و سبک زندگی جایگاه خاصی را دارد (همان منبع). به نظر وبلن مصرف چشمگیر، تن آسانی چشمگیر و نمایش چشمگیر نمادهای بلند پایگی، وسایلی هستند که انسانها با آنها می‌کوشند تا در چشم همسایگانشان برتر جلوه کنند و در ضمن برای خودشان نیز ارزش بیشتری قائل شوند، چرا که مصرف چشمگیر کالاهای گران قیمت، وسیله کسب آبرومندی برای نجیب زادگان تن آسان است (نیازی و کارکنان نصر آبادی، ۱۳۹۲: ۱۸۶). وبلن در جایی سبک زندگی فرد را الگوی رفتار جمعی می‌داند – این رفتارها از جنس رسوم و عادات اجتماعی و روش‌های فکری اند – او در جایی دیگر سبک زندگی فرد را تجلی رفتاری مکانیسم روحی، عادات فکری و معرفت او قلمداد می‌کند (رستمی و اردشیرزاده، ۱۳۹۲: ۱۲).

۲- جورج زیمل

زیمل سبک زندگی را تجسم تلاش انسان می‌داند برای یافتن ارزش‌های بنیادی یا به تعبیری فردیت برتر خود در فرهنگ عینی اش و شناساندن آن به دیگران، به عبارت دیگر انسان برای معنای مورد نظر خود (فردیت برتر)، شکل (صورت) های رفتاری را بر می‌گزینند. زیمل توان چنین گزینشی را سلیقه و این اشکال به هم مرتبط را سبک زندگی می‌نامد. او در جایی معتقد است سبک زندگی، عینیت بخشی به ذهنیات در قالب اشکال شناخته شده اجتماعی است، نوعی بیان فردیت برتر و یکتایی در قالبی است که دیگری این یکتایی را درک کند (فتحی و مختارپور، ۱۳۹۳: ۱۰۹).

زیمل در تحلیل مصرف گرایی جامعه مدرن، بر مقوله ای همچون مد تاکید نموده است. به نظر وی، مصرف کالاهای و ایجاد سبک‌های زندگی از سویی برای افراد هویت بخش بوده و از سویی دیگر متمايز کننده است. زیمل در مقاله مد دلایل متعدد تغییر مد در فرهنگ مدرن را بررسی نموده و نتیجه می‌گیرد که مردم سریعتر به مدهای جدید و متفاوت جذب می‌شوند؛ زیرا می‌خواهند به هویت‌های شخصی متمایز خود شکل دهند. به نظر زیمل، در جوامع اولیه، افراد هویت خود را از گروه می‌گرفتند و از این رو، بسیار همگن بودند؛ اما در جوامع مدرن فرآیند هویتی فردی شده است. به نظر وی در شهرهای بزرگ، شخص مصرف می‌کند تا هویتی را که دوست دارد برای خود بسازد. بر این مبنای اگرچه دنیای مدرن منجر به آزادی فرد از اسارت شده، اما خود محدودیت‌هایی را برای فرد ایجاد کرده است؛ به نحوی که افراد برای حفظ آزادی خود به پدیده‌هایی چون مد پنهان می‌برند تا به واسطه آن هویت خود را تعریف کنند (نیازی و کارکنان نصر آبادی، ۱۳۹۲: ۱۸۷-۱۸۶).

زیمل در عین پذیرش تمایز میان صورت‌ها (رفتار محتمل در چارچوب فرهنگی عینی) و معنا (فردیت برتر) صورت‌های برگریده و نحوه چینش آنها را که همانا سبک باشد در ارتباط با معنا می‌بیند. تعریف زیمل از سبک زندگی عبارت است از: «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 توازن میان شخصیت ذهنی و زیست محیط عینی و انسانیشان به انجام می‌رسانند برای زندگی

^۱ - Mode

خود بر می‌گزینند»(رستمی و اردشیرزاده، ۱۳۹۲: ۱۳). به اعتقاد زیمل فرد از طریق بسط شدید فردگرایی که هدف آن دنبال کردن نمادهای منزلت و مد است، می‌تواند فشارهای زندگی مدرن را تحمل کند. اینگونه مصرف کردن راهی برای «اثبات خود» و حفظ اقتدار فردی است. در نظر زیمل مدعای علاوه بر آنکه منبع از فشارهای ساختاری کلان شهر است، نماد تمایز طبقاتی نیز هست. در اینجا توجه زیمل به کارکرد دوگانه مد آشکار است. مد از یک جهت اعلام تمایل برای تمایز شدن از دیگران و بیان هویت فردی و خواست فردی است، اما از جنبه دیگر جنبه طبقاتی دارد و سبب همبستگی گروهی و تقویت انسجام اجتماعی- طبقاتی است. مد بدین لحاظ احساس با دیگران بودن را در فرد تقویت می‌کند (همان منبع: ۱۴-۱۳).

زیمل به دلیل اینکه انگیزه درونی و عوامل مؤثر بر شکل گیری الگوهای مصرف را بررسی کرده در جامعه شناسی پیشرو است. او به بررسی تاثیر تغییرات اجتماعی- ظهور کلان شهر- بر الگوهای مصرف پرداخت. میراث این خط سیر فکری زیمل را می‌توان در مجموعه تحلیل‌هایی دنبال کرد که شهر مدرن را جایی برای خرید کردن، کلوب رفتن و در یک کلام مصرف می‌داند (همان منبع: ۱۴).

در کل زیمل در تحلیل مصرف گرایی جامعه مدرن، بر مقوله ای همچون مد تاکید دارد. به نظر وی مصرف کالاها و ایجاد سبک‌های زندگی، از سویی برای فرد هویت بخش بوده و از سوی دیگر تمایز کننده است (خواجه نوری، ۱۳۹۰، ب: ۲۸).

۳- ماکس وبر

ماکس وبر در میان جامعه شناسان کلاسیک تنها کسی است که بدون هیچ گونه اندیشه مبسوطی درباره مصرف و نقش آن در دنیای مدرن از مفهوم سبک زندگی استفاده کرده است. وبر برای بررسی قشریندی اجتماعی سه مفهوم طبقه، گروه منزلت و حزب را معرفی می‌کند. وبر و دنباله روان اندیشه وی به مباحثاتی درباره منزلت دامن زده اند.

چلار^۱ از قول ایستمن^۲، گلداشمت^۳ و فلاین^۴ سه منبع انتسابی (منزلت موروژی)، اکتسابی (موفقیت شغلی) و مصرف منزلتی (خرید کالای لوکس) را ذکر می‌کنند. بووکز^۵ و ساوتورث^۶ هم با استناد به نوشته‌های وبر، سه منبع سبک زندگی، تحصیلات رسمی و پرستیژ موروژی یا شغلی را منبع منزلت می‌دانند (رستمی و اردشیرزاده، ۱۳۹۲: ۱۴).

مفهوم سبک زندگی حاصل بسط تاملات وبر درباره گروه‌های منزلت است. به اعتقاد تامین^۷، ماکس وبر واژه سبک‌های زندگی را برای اشاره به شیوه‌های رفتار، لباس پوشیدن، سخن گفتن، اندیشیدن و نگرش‌هایی که مشخص کننده گروه‌های منزلتی متفاوت بودند و در ضمن الگویی برای کسانی که می‌خواستند جزی از این گروه‌های منزلتی متفاوت باشند، به کار گرفت (همان منبع).

دنیس رانگ^۸ در مقاله‌ای در مورد اندیشه‌های وبر می‌گوید: «منظور وبر از سبک زندگی، ارزش‌ها و رسم‌های مشترکی است که به گروه، احساس هویت جمعی می‌بخشد». جیمز مک کی^۹ در مورد دیدگاه وبر می‌گوید: «آنچه وبر سبک زندگی می‌نامد به روش‌هایی باز می‌گردد که طبقات و گروه‌های هم رتبه از نوعی از زندگی پدید می‌آورند؛ بنابراین، وبر سبک زندگی را معادل قشر اجتماعی نمی‌داند، بلکه معرف آن می‌شناسد. به بیان دیگر، آن را چیزی معرفی می‌کند که مرزهای نامشخص موقعیت و قشر اجتماعی را تعیین می‌کند. وبر، سبک زندگی را از جنس رفتار می‌داند که تمایلات، آن را هدایت می‌کند و فرصت‌های زندگی بستر بروز آن را فراهم می‌نماید»(همان منبع: ۱۵).

¹ -Chelar

² -Eastman

³ -Goldsmith

⁴ -Fline

⁵ -Brooks

⁶ -Southworth

⁷ -Tomin

⁸ - Dennis Runge

⁹ - James Mackay

به این ترتیب ویر، دایرہ مفاهیم تحلیل قشربنده اجتماعی را وسعت بخشید. به کمک مفاهیم ویر می‌توان نابرابریها و تفاوتها را در سطح عمودی و افقی دنبال کرد. برای مثال مفهوم مارکسی طبقه قادر است جامعه را به صورت عمودی و سلسله مراتبی طبقه بنده کند، اما مفهوم منزلت قادر است تنوع منزلت‌ها را درون یک واحد طبقاتی بسنجد و مفهوم سبک زندگی قادر است تنوع رفتارها در درون یک واحد منزلتی یا طبقاتی را بخش بنده نماید؛ بنابراین به زعم ویر، سبک‌های زندگی علاوه بر آنکه موجد تفاوت بین گروهی می‌شوند به برتری‌های منزلتی و طبقاتی مشروعيت می‌بخشند. گروه‌های منزلت و طبقات از طریق سبک‌های زندگی به گروه‌های مرجع تبدیل می‌شوند و معیارهای قضایت اجتماعی و ارزیابی اخلاقی را نیز تعریف می‌کنند (همان منبع).

دستاورد دیگر ویر، تاکید نهادن بر کارکرد سبک‌های زندگی در جهت انسجام بخشیدن به گروههای اجتماعی است. در نظر ویر، افرادی که سبک زندگی مشابهی دارند نوعی انسجام گروهی را که ناشی از شباهت در رفتار و الگوی مصرف است تجربه می‌کنند. این انسجام گروهی می‌تواند به سرمایه اجتماعی نیز تبدیل شود. وجه دیگر انسجام اجتماعی ناشی از سبک زندگی مشابه، ناظر بر تبدیل شدن سبک‌های زندگی به خرد فرهنگ است. به عقیده آنسباخر^۱، ویر سبک زندگی را چنان به کار می‌برد که گویی از خرد فرهنگ سخن می‌گوید (همان منبع).

۴- دوگلاس^۲ و ایشورود^۳

همانگونه که در بالا بیان شد به اعتقاد وبلن، چشم و همچشمی و رقابت منبع شکل گیری مصرف مدرن است. زیمل نیز متمایز کردن خود از دیگران - به واسطه مد - را محرك مصرف می‌دانست (همان منبع: ۱۶). دوگلاس و ایشورود (۱۹۹۶) متجلی کردن و ثبات بخشیدن به مقولات فرهنگ را محرك مصرف می‌دانند. به نظر آنان چون کالاهای وجه نمادین دارند قادرند به عنوان ابزار مبادله و ارتباط به کار گرفته شوند، مصرف کالاهای برای حفظ ارتباط و انسجام، جلب حمایت دیگران و ابراز مهربانی کردن لازم اند (آجیلی و بیکی، ۱۳۹۲: ۸۹). بدین ترتیب مصرف «فعالیت مناسکی» است و همه کارکردهایی که بر فعالیت مناسکی مترتب است در خصوص مصرف نیز قابل ذکر است؛ بنابراین بر اساس نظریه دوگلاس و ایشورود، کالا و زبان کارکرد یکسانی دارند که همان ارتباط و معنا دادن است (رستمی و اردشیرزاده، ۱۳۹۲: ۱۶).

۵- پیر بوردیو

پیر بوردیو در آگوست سال ۱۹۳۰ در دهکده دانگن در کوهپایه‌های پیرنه در جنوب غرب فرانسه به دنیا آمد. در سال ۱۹۵۵ در سن ۲۵ سالگی فوق دکترای خود را در رشته فلسفه گرفت. بوردیو نخستین آثارش را به بررسی تغییرات اجتماعی در الجزایر اختصاص داد. بوردیو، در سال ۱۹۶۴ به ریاست مؤسسه مطالعاتی اکول پراکتیک برگزیده شد. همچنین در سال ۱۹۶۸ به ریاست مرکز جامعه‌شناسی اروپایی برگزیده شد. سپس در سال ۱۹۹۳ مرکز ملی تحقیقات علمی (CNRS) مدار طلایی را به عنوان عالی‌ترین جایزه به وی اعطا کرد. بوردیو در ژانویه سال ۲۰۰۲ در اثر بیماری سلطان در سن ۷۱ سالگی درگذشت. تأثیر بوردیو بر جامعه‌شناسی فرهنگی بسیار قابل تأمل است. او میراث عظیمی از خود به جای گذاشت، نوآوری بوردیو در جامعه‌شناسی فرانسه به سرعت مزه‌های این کشور را پشت سر گذاشت و شهرتی جهانی برای او ایجاد کرد.

آثار بوردیو عبارتند از: نظریه کنش، دلایل عملی و انتخاب عقلانی- علم و تأمل‌پذیری- عکاسی هنر میان مایه - درسی درباره درس - درباره تلویزیون و سلطهٔ ژورنالیسم - تمايز - انسان آکادمیک - سلطهٔ مردان - شعور علمی - پرسش‌های جامعه‌شناسی - وارثان، دانشجویان و فرهنگ - ساختارهای اجتماعی اقتصاد - فلاکت آدم‌ها - اندیشه‌های پاسکالی - ذات شناسی سیاسی مارتین هایدگر - زبان و قدرت نمادین و ...

¹ - Ansbacher

² - Douglas

³ - Ayshrvd

پیر بوردیو بی گمان پرخواننده ترین جامعه شناسی است که درباره مصرف و سبک زندگی سخن گفته است. بسیاری کتاب تمايز وی را انجیل محققاً این عرصه می دانند. کمتر متمنی را در این عرصه می توان یافت که آرای وی را مرور نکرده باشد. بخشی از این اقبال به اندیشه بوردیو، ناشی از این است که وی شاید تنها کسی باشد که بنیان های نظری محکمی برای تحلیل پدیده مصرف پدید آورده است (فاضلی، ۱۳۸۲: ۳۴).

بوردیو شبکه ای از مفاهیم اصلی را به کار می گیرد که تنها با تشریح همه آنها می توان طرحی از نظریه وی را مجسم کرد. در بررسی جامعه شناسی مصرف بوردیو و تحلیل مفهوم سبک زندگی هفت مفهوم میدان، سرمایه، منش، عمل، نماد، طبقه و قریحه باید بررسی شود (رستمی و اردشیرزاده، ۱۳۹۲: ۱۶).

در نظر بوردیو، جامعه به عنوان فضای اجتماعی بازنمایی می شود. این فضای اجتماعی جایگاه رقابتی شدید و بی پایان است و در جریان این رقابت ها تفاوت هایی ظهر می کند که ماده و چارچوب لازم برای هستی اجتماعی را فراهم می آورند. این فضا موجودیتی غیر یکپارچه است که در آن مدل های کوچک متمایزی از قواعد، مقررات و اشکال قدرت وجود دارد. این مدل های کوچک متمایز میدان خوانده می شوند (همان منبع). میدان نوعی قلمرو زندگی اجتماعی است که دارای قواعد خاص خود است. مجموعه ای از موقعیت هایی را فراهم می کند و حامی کنش های مرتبط با آن موقعیت هاست (جلایی پور و محمدی، ۱۳۸۷: ۳۲۰).

بوردیو فضای اجتماعی را به چند محور تقسیم می کند: سرمایه اقتصادی، سرمایه اجتماعی و سرمایه فرهنگی. به اعتقاد او، سرمایه ها قابل تبدیل به یکدیگر هستند. سرمایه اقتصادی می تواند سریعاً به سرمایه اجتماعی و فرهنگی تبدیل شود. سرمایه اجتماعی نیز می تواند به سرمایه اقتصادی مبدل گردد، اما قدرت تبدیل آن به سرمایه فرهنگی کمتر از قدرت تبدیل شدن سرمایه فرهنگی به سرمایه اجتماعی است. از نظر او آنچه به میدان معنا می دهد. سرمایه اشت. حجم و ترکیب انواع سرمایه ها نزد فرد، جایگاه وی را در سلسله مراتب میدان تعیین می کند. به عبارتی دیگر، هر میدان از طریق نوع و میزان سرمایه موجود در آن شناسایی می شود. مفهوم ساختار نیز با توجه به دو مفهوم میدان و سرمایه تعریف می شود. ساختار عبارت است از مجموعه پایگاه هایی که با توجه به حجم و ترکیب سرمایه موجود در آنها قابل مقایسه با یکدیگرند (فاضلی، ۱۳۸۲: ۳۸).

در میان انواع سرمایه، سرمایه فرهنگی نقش بسیار مهمی در اندیشه بوردیو ایفا می کند. جامعه شناسی مصرف و تحلیل وی درباره سبک زندگی بر همین نوع سرمایه فرهنگی متکی است. سرمایه فرهنگی شامل سلیقه های خوب، شیوه و راه و رسم پسندیده، پیچیدگی شناختی و شناختن و توانایی پذیرش محصولات فرهنگی مشروع از قبیل هنر، موسیقی کلاسیک، تئاتر و ادبیات و تسلط یافتن بر همه نوع از نظام های نمادین است (همان منبع: ۳۷-۳۸). بوردیو وجود اشکال مختلف سرمایه را مهیا کننده ساختاری بنیادین برای سازماندهی میدان ها می داند (جلایی پور و محمدی، ۱۳۸۷: ۳۲۰).

منش یا میدان، مذاقه برانگیز ترین مفهوم بوردیو است و هسته اصلی تبیین بوردیو برای کنش های انسان را شکل می دهد. به اعتقاد بوردیو، منش، نظامی از تمایلات بادوام و قابل انتقال است که به عنوان مولد اعمال، ساخت یافته و به شکل عینی مجسم شده، عمل می کند. در نظر بوردیو منش، مولد و انسجام بخش اعمال و صورت درونی شده شرایط طبقاتی است. منش به صورت اصولی درمی آید که مردم را قادر می سازد بر کنش های خود کنترل داشته باشند. به اعتقاد بوردیو، تمامی میدانها از کنشگران در خود می خواهند که به قوانین عمل در میدان تسلط عملی داشته باشند. میدانها از کنشگران می خواهند که قوانین را به صورت استعداد گنجیدن در شبکه روابط، تسلط عملی بر قوانین نانوشته، طرز عمل میدان و مقولات درکی و داوری که زمینه ساز فهم مسائل مهم هستند، از خود بروز دهند. منش، نقشه شناختی دنیای اجتماعی و مسیرهای از پیش تعیین شده ای است که عمل مناسب هر وضعیتی را نشان می دهد (فاضلی، ۱۳۸۲: ۳۹-۴۰).

مفهومی که مستقیماً بر مبنای نظر بوردیو درباره منش ارائه می شود عمل است. این مفهوم نخست دال بر هر نوع کنش انسان دارد. عمل نوع عادت شده رفتار است که چندین جزء دارد: شکل فعالیت های بدنی، شکل فعالیت های ذهنی، چیزها و کاربردشان، دانش پیش زمینه ای در قالب های شناختی، راهکار و حالت عاطفی و گاهی انگیزشی. هر عملی مبتنی بر عناصری است که روی هم جعبه ابزاری را می سازند. عمل، نوع عادت شده رفتار می باشد که از اجزای مختلفی تشکیل شده است. عمل

منش فعالیت یافته است. تأکید بر مفهوم عمل، زاییده گرایش بوردیو به تبیین رفتار بر اساس اصل عقل ورزی عملی است. مبتنی بر این اصل، مردم می دانند که چه می کنند، اگرچه غالباً نمی توانند آن را توضیح دهنند (همان منبع: ۴۱).

نماد یکی از نمودهای گستاخ بوردیو از مارکسیسم است. وی به عوض تعریف نماد، از «امر نمادین» سخن می گوید. امر نمادین چیزی مادی است اما او چنین خصیصه ای برای آن قائل نمی شود، بلکه تفسیر آن منشأ کارکردهایش است. در نظر بوردیو، امر نمادین قادر است مادی بودن خود را پنهان کند. نظام های نمادین ربط وثيق با دانش و قدرت باز تولید نظم اجتماعی دارند. نقش اصلی نظام های نمادین در ساختار سلطه، تعریف امر درست و مشروع است. چنین برداشتی از مفهوم نماد بر تمامی آرای بوردیو در کتاب تمایز سایه اندخته است (همان منبع).

بوردیو، طبقه را مجموعه ای از کنشگران تعریف کرده است که پایگاه یکسانی را اشغال می کنند، در شرایط یکسانی قرار دارند و محتمل است که تمایلات و علاقه یکسانی نیز داشته باشند و به همین دلیل احتمالاً اعمال مشابهی را انجام می دهند و مواضع مشابهی را اتخاذ می کنند. اصل وحدت بخش طبقه، منش مشترک آنهاست. منش طبقاتی، اتصالات افقی و تمایزات عمودی در فضای اجتماعی ایجاد می کنند. هر طبقه اجتماعی، بر اساس ترکیبی از سه نوع سرمایه اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی تعریف می شود. در واقع بوردیو، مفهوم طبقه را بر مبنای چیزی فراتر از رابطه با تولید در فضای اقتصادی تعریف می کند. او طبقه را همچنین بر مبنای رابطه اش با جایگاه ها و عادات مشترکی که در فضای مصرف فعلیت یافته اند تعریف می کند و مصرف کردن را وجهی از منازعه بر سر کسب سرمایه می دارد که در شکل دادن به طبقه نقش دارد (همان منبع: ۴۲). آخرین مفهوم، قریحه است. بوردیو قریحه را ظرفیت یا توانایی می دارد که از طریق آن می توان گروهی از اشیا یا اعمال را به صورت مادی و نمادین و به معنای مجموعه ای ترجیحات تمایز کرد. در نظر بوردیو، شیوه های مختلف تملک سرمایه در درون هر طبقه، موجود ذوق و قریحه متفاوتی است. اگرچه ظاهرآ قریحه ها به صورت مستقل و در فضای اجتماعی سنجش می شوند، اما محصول منش هایی هستند که ماهیت طبقاتی دارد (همان منبع: ۴۳).

ناصر فکوهی تمایز را به عنوان یکی از مهمترین مفاهیم کلیدی بوردیو، اینگونه شرح می دهد: «مفهوم تمایز به معنی مجموعه تفاوتها بای است که رفتارها و سبک های زندگی افراد جامعه به دلیل موقعیت متفاوتشان از لحاظ سرمایه و قرار گرفتن در میدان های اجتماعی گوناگون میان آنها ظاهر می شود». به باور بوردیو، همه آنچه سلیقه فرهنگی، انتخاب های هنری و غیره نامیده می شود و ممکن است کاملاً طبیعی و ناشی از قریحه های ذاتی افراد شمرده شود، رابطه مستقیم و قابل اثباتی با وضعیت و موقعیت اجتماعی آنها دارد. این موضوع را وی در کتاب معروف خود تمایز که حاصل یک تحقیق میدانی گسترده است، نشان می دهد. وی ثابت می کند که چگونه می توان میان حوزه هایی چون ورزش، غذا، لباس، سلائق هنری، موسیقی، عکاسی و ادبیات از یک سو و وضعیت اجتماعی افراد از سوی دیگر، روابط منطقی ایجاد کرد. بوردیو به این ترتیب نشان می دهد که در جامعه ای چون فرانسه، در میدان قدرت، با عملکردها و سبک های زندگی ای سروکار داریم که سرگرمی های مورد علاقه آنها اسکی روی آب، تنیس، اسب سواری، شطرنج، گلف، نواختن و شنیدن پیانو است، در حالی که در قطب مقابل (سرمایه کل منفی)، با فوتیال، ماهیگیری و نواختن و شنیدن آکاردئون سروکار داریم. او نشان می دهد که چگونه از نوع خودروهای انتخاب شده تا دکوراسیون منزل، از موضوعهایی که برای عکاسی انتخاب می شود تا آنچه افراد می خورند و می نوشند، الزامات اجتماعی افراد را جهت می دهند (فکوهی به نقل از لطفی، ۱۳۹۰: ۲۸).

به اعتقاد بوردیو، مفهوم منش قادر است ویژگی مصرف در نزد هر طبقه را تبیین کند. او معتقد است قریحه های برآمده از طبقات دارای سرمایه فرهنگی اندک، بر کارکرد آنچه مصرف می شود تأکید می کند، اما قریحه ناب، بر شکل و فرم تکیه می کند. قریحه طبقات پایین تر بر مقدار مصرف تأکید دارد و قریحه ناب بر کیفیت آنچه مصرف می شود و فقط در قریحه ناب است که شیوه و راه و رسم مصرف اهمیت دارد (فاضلی، ۱۳۸۲: ۴۴).

بوردیو سبک زندگی را فعالیت های نظام مندی می دارد که از ذوق و سلیقه فرد ناشی می شوند و بیشتر جنبه عینی و خارجی دارند. از نظر بوردیو، سبک زندگی در عین حال به صورت نمادین به فرد هویت می بخشد و میان اشار مختلف اجتماعی تمایز ایجاد می کند. به عبارتی ارزش های این فعالیتها از موقعیت های آن در نظام تضادها و ارتباطها اخذ می شود. بوردیو در جای

دیگر سبک زندگی را دارایی هایی می دانند که به وسیله آن، اشغال کنندگان موقعیت های مختلف، خود را با قصد تمایز یا بدون قصد آن از دیگران تمایز می کنند (مهدوی کنی، ۱۳۸۶: ۲۰۷).

۶- گیدنز

گیدنز معتقد است که سبک زندگی را می توان به مجموعه ای کم و بیش جامع از عملکردها تعبیر کرد که فرد آنها را به کار می گیرد؛ چون نه فقط نیازهای جاری او را بر می آورند، بلکه روایت خاصی را هم که وی برای هویت شخصی خود برگیده است، در برابر دیگران مجسم می سازند (گیدنز، ۱۳۸۵: ۱۱۹). سبک زندگی روش الگومند مصرف، درک و ارزش گذاری محصولات فرهنگ مادی است که استقرار معیارهای هویتی را در چارچوب زمان و مکان ممکن می سازد (گیدنز، ۱۳۷۷: ۳۱).

امروزه هر چه نفوذ سنت کمتر می شود و زندگی روزمره بیشتر بر حسب تاثیرات متقابل عوامل محلی و جهانی بازسازی می شود، افراد بیشتر ناچار می شوند تا سبک زندگی خود را از میان گزینه های مختلف انتخاب کنند. سبک های زندگی به صورت عملکردهای روزمره درمی آیند که در نوع پوشش، خوراک، طرز کار و محیط های مطلوب برای ملاقات با دیگران جسم می یابند، ولی این امور در پرتو ماهیت متحرک شخصی، به طرزی بازتابی در برابر تغییرات احتمالی باز و پذیرا هستند (همان منبع: ۱۲۰). در نزد گیدنز، تحول سبک های زندگی و دگرگونی های ساختاری مدرنیته به واسطه بازتابندگی به یکدیگر گره می خورند و به دلیل گشودگی زندگی اجتماعی امروزی و کثرت زمینه های کنش و منابع، انتخاب سبک زندگی برای ساختن هویت شخصی به طور فزاینده ای اهمیت می یابد (همان منبع: ۸۸).

گیدنز (۱۳۸۳) انسان را به عنوان عامل شکل گیری هویتش موثر می دارد و معتقد است که انسان تحت فشار ساختار اجتماعی سبک زندگی را بیشتر تقليد می کند. به نظر او در دنیای متعدد کنونی، همه ما نه فقط از سبک های زندگی پیروی می کنیم، بلکه به تعبیر دیگر ناچار به این پیروی هستیم. در حقیقت ما انتخاب دیگری به جز گرینش نداریم. به نظر وی هر چه وضع و حال جامعه و محیطی که فرد در آن به سر می برد بیشتر به دنیای مابعد سنتی تعلق داشته باشد، سبک زندگی او نیز بیشتر با هسته واقعی هویت شخصی اش و ساخت و همچنین با تجدید ساخت آن سر و کار خواهد داشت. البته منظور گیدنز از کثرت انتخاب این است که در همه انتخاب ها بر روی همه افراد باز است (مجدى و همکاران، ۱۳۹۰: ۱۳۴).

یکی از مباحث مهم در نظریه های افرادی همچون گیدنز تاثیر فرایندهای مدرنیته و مدرنیته متاخر در جوامع امروزی است. این فرایندها در سطوح مختلف زندگی اجتماعی افراد، تاثیرات قاطعی می گذارد. به نظر گیدنز از موارد مهم این تاثیرات تغییر در هویت اجتماعی و شخصیت مردم در دوران مابعد سنت است. وی از مفاهیمی همچون باز اندیشه، تغییر در ذائقه و سبک های زندگی در این خصوص استفاده می کند. مردم برای هویت یابی و باز تولید هویت خود در دوران مابعد سنت این امکان را دارند که از منابع مختلف استفاده کنند، امکانی که در دوران سنت برای بیشتر مردم وجود نداشته است (خواجه نوری و همکاران، ۱۳۹۰: ۸۸).

دیدگاه گیدنز در باب سبک زندگی در کتاب تجدد و تشخص مطرح شده است. گیدنز مفهوم سبک زندگی را یکی از جالب توجه ترین نمونه های پژوهه تاملی خود می دارد و آن را در درون زمینه وسیعتر مدرنیته و فردی شدن طرح می کند. در نظر او سنت ها و رسوم گذشته، زندگی را در محدوده کاتال های از پیش تعیین شده به جریان می اندازد، تجدد اما فرد را رو در روی تنوع غامضی از انتخاب های ممکن قرار می دهد و یکی از پیامدهای این شرایط، اهمیت یافتن سبک زندگی است (گیدنز، ۱۳۸۳: ۱۱۹).

او سبک زندگی را روایتگر هویت افراد در دوره مدرنیته متاخر می دارد که این امر ناشی از افول ارزش ها و سنت های هویت ساز و همچنین اهمیت یافتن خود در زندگی روزمره است؛ در واقع، آنچه که آنtronی گیدنز امنیت هستی شناختی - احساس تعلق خاطر که در هسته مرکزی هر هویت پایداری وجود دارد - می نامد بیش از پیش توسط کارشناسان و متخصصان سبک زندگی که در بیرون از بازار قرار دارند پدید آمده است (ویلسکا، ۲۰۰۲: ۳۴۵).

گسترش سبک زندگی فردی به جای شیوه زندگی بر مبنای طبقه را می‌توان با قدرت پیدا کردن خویشتن فرد مدرن هم توضیح داد. به بیان گیدنژ، باز اندیشی یکی از مولفه‌های دنیای مدرن است؛ بدین معنا که دنیای مدرن یافته‌های حاصل از نظام‌های انتزاعی را مرتب در سازماندهی مجدد خود به کار می‌برد. باز اندیشی عصر مدرن پویایی و تحرک بی‌سابقه ای به آن داده به نحوی که در هیچ یک از فرهنگ‌های ماقبل مدرن وجود نداشته است. یکی از پیامدهای باز اندیشی در خویشتن، پیدایش سبک زندگی است. در فرهنگ‌های پیشامدern هم شاهد وجود انتخاب‌هایی برای افراد هستیم، اما گرینه‌های گوناگون به هم شباهت دارند و تعداد آنها چنان محدود است که سبب می‌شود تنها سبک مشخصی برای زندگی در هر فرهنگی تعریف شده باشد و همه افراد متعلق به فرهنگ‌های یکسان به سبک تقریباً مشابهی زندگی کنند. در اینجا نکته مهم، تطابق همه افراد با ارزش‌های همسان منبعث از فرهنگ واحد است نه امکان انتخاب‌هایی که گاهی پیدا می‌شوند (گیدنژ، ۱۳۸۵)؛ اما دنیای مدرن سبک‌های بسیار متنوع و متفاوتی را پیش روی هر فرد می‌گذارد و او ناگزیر می‌شود تا از میان آنها برای هر عمل خود به گزینش بپردازد. حتی اگر کسی بخواهد مطابق با فرهنگ سنتی زندگی کند، ناخواسته دست به گرینشی خاص می‌زند؛ بنابراین، در عصر مدرن، هر فرد به ناچار دارای نوعی سبک زندگی است که ویژه خود او به شمار می‌رود. بدیهی است این گزینش‌ها تاثیر عمیقی بر هویت فرد خواهد داشت و هویت او را ویژه و منحصر به فرد خواهد کرد؛ بنابراین، سبک زندگی هر فرد سهم بسزایی در ساختن روایت زندگی او خواهد داشت، اما نکته موردنظر این است که هر فرد برای انتخاب سبک زندگی خود کاملاً آزاد نیست و اسیر قید و بندهای خواهد بود. همیشه انتخاب سبک زندگی صرفاً توسط فرد صورت نمی‌گیرد، بلکه گاهی این گروه‌های اجتماعی، یا فشارهای اقتصادی اند که فرد را ناچار به گزینش می‌کنند. در انتخاب سبک زندگی هر فرد، دو عامل نقش در خور دارند: شناسنامه و فرصت‌ها. این دو عامل هم خود تحت تاثیر عوامل اجتماعی دیگری هستند. حاصل انتخاب سبک زندگی توسط هر فرد - چه به صورت اختیاری و چه به صورت اجباری - آن است که فرد به یکی از اقسام و گروه‌های اجتماعی - یعنی جمع کسانی که دارای سبک‌های زندگی مشابه او هستند - تعلق می‌یابد؛ بنابراین، انتخاب سبک‌های زندگی مقدمه‌ای بر گروه بندی‌های اجتماعی متفاوت است. به باور گیدنژ، سبک‌های زندگی امکانات مختلفی هستند که افراد برای تولید و بازتولید هویت خود از آنها استفاده می‌کنند. به نظر وی همه موجودات انسانی به طور مداوم بر فعالیت‌های خویش نظارت دارند. در روابط اجتماعی، انسان‌ها یک حس امنیت وجودی به دست می‌آورند که وی ریشه آن را در مفهوم اعتماد تعمیم یافته می‌یابد. این اعتماد تشکیل دهنده رابطه‌ای است که جهت‌گیری‌های عاطفی و شناختی به سوی دیگر ان، دنیای عینی و هویت شخصی از آن نشات می‌گیرد (همان منبع: ۶۳).

گیدنژ در بحث از سیاست زندگی به سبک زندگی نیز می‌پردازد: سیاست زندگی، سیاست فرصت‌های زندگی نیست؛ سیاست زندگی، سبک زندگی است. سیاستی است که با ممتازات و کشمکش‌های در باب یک سوال پیوند دارد: چگونه ما (به نام افراد یا به منزله کلیت جامعه انسانی) باید در دنیایی زندگی کنیم که در آن، آنچه به وسیله سنت یا طبیعت ثبت شده بود اکنون موضوع تصمیم‌گیری انسان قرار گرفته است (گیدنژ، ۱۳۸۸: ۲۳۱).

به باور گیدنژ، خود در درون بدن جای دارد و آگاهی نسبت به خویش بیشتر ناشی از تغییراتی است که در بدن احساس می‌شود. بدن در نگاه وی تنها یک جسم مادی صرف نیست، بلکه وسیله‌ای عملی برای کنار آمدن با اوضاع و احوال و رویدادهای بیرونی است. برای آنکه بتوانیم به طور برابر با دیگران در تولید روابط اجتماعی شریک شویم، باید بتوانیم نظارت مداومی بر بدن خویش اعمال کنیم (گیدنژ، ۱۳۸۵: ۸۷ - ۸۶) که در نتیجه آن، بدن به ابزاری هویت ساز در جریان تعاملات اجتماعی تبدیل می‌شود (نلتون، ۱۹۹۸: ۷). تصور بدن، حاصل به کارگیری هر چه بیشتر آن در کنش‌های اجتماعی است؛ بنابراین کسب موقفيت‌های اجتماعی، تصور بدنی را تحت الشاعع قرار داده و در نتیجه سبب می‌شود تا افراد بدانند چگونه با بدن خود برخورد کنند.

به اعتقاد گیدنژ برخی از وجوده بدن، در عرصه کنش متقابل با دیگران، موجب تمایز فرد از دیگران می‌شود. وی این وجوده را نمای ظاهری، کردار و ... می‌نامد. نمای ظاهری بدن مشتمل بر همه ویژگی‌های قابل رویت از جمله طرز پوشش و آرایش است که به طور معمول به عنوان نشانه‌هایی برای تفسیر کنش‌ها به کار گرفته می‌شوند. کردار مشخص کننده آن است که

افراد از نمای ظاهری خود چگونه در فعالیت‌های روزمره استفاده می‌کنند (گیدنز، ۱۳۸۵: ۱۴۴). امروز جنبه ظاهری بدن برای ابراز هویت فردی، بیش از وجهه اجتماعی آن تقویت شده است (همان منبع: ۱۴۵).

۷- دیوید چانی

دیوید چانی نیز بر این باور است که سبک زندگی شکل اجتماعی جدیدی بوده که نشانگر اولیه هویت هر فرد است. وی بر این باور است که سبک‌های زندگی حساسیت‌هایی هستند که در اهمیت‌های اخلاقی، معنوی و یا زیبایی شناختی نفوذ می‌کنند. وی معتقد است برای افراد و گروه‌هایی که توسط راههای سنتی تر زندگی در شرایط جدید دچار فقدان دوام و ثبات می‌شوند، ساختن سبک‌های زندگی می‌تواند به عنوان ابزار مهمی برای مقابله با تغییرات اجتماعی کاربرد داشته باشد. این سبک‌ها واکنشی رفتاری با پاسخ‌های کارکرده به مدرنیته هستند. لذا سبک‌های زندگی منابعی هستند برای ثبات یا مکانیزم‌هایی برای مقابله که به مردم کمک می‌کنند روابط‌شان را در شرایط تغییر اجتماعی مدیریت کنند. سبک‌های زندگی دارای دو سطح فردی و اجتماعی هستند. از یک سو سبک زندگی، سبکی گروهی و اجتماعی است که نه تنها توسط موقعیت‌های اجتماعی ثابتی همچون طبقه، جنس، سن و یا فعالیت‌هایی همچون مشاغل مشخص می‌شوند، بلکه به وسیله رفتارهای مصرفی مشترک (همچون ذاته‌های مشترک)، الگوهای مشترک فعالیت اوقات فراغت (برای مثال علاقه به ورزش)، نگرش‌های مشترک به موضوعات کلیدی (همچون نگرش‌های مشابه به مسائل جنسی، محیطی و ...) نیز مشخص می‌شوند (چانی، ۱۹۹۶: ۱۱).

دیوید چانی سبک‌های زندگی را مشخصه‌هایی از دنیای مدرن می‌داند. از نظر او افرادی که در جوامع مدرن زندگی می‌کنند از مفهوم سبک زندگی جهت توصیف اعمال خود و سایرین استفاده می‌کنند؛ سبک‌های زندگی الگوهایی از کنش هستند که افراد را از یکدیگر متمایز می‌کنند (همان منبع: ۴)؛ بنابراین دیوید چانی به کارکرد هویت بخشی سبک زندگی نیز اشاره می‌کند.

چانی معتقد است مردم سبک‌های زندگی را در زندگی روزمره برای مشخص کردن و تبیین پیچیدگی‌های وسیعتر هویت و پیوستگی به کار می‌برند (همان منبع: ۱۲). همچنین سبک زندگی اجتماعی است؛ زیرا به واسطه نمادها فهمیده می‌شود، چنانکه به وسیله مجموعه‌ای از نگرش‌ها می‌توان آن را درک کرد و توسط سبک‌های لباس پوشیدن، آراستگی و مانند آن رسانده می‌شود. «عقاید و تعهدات به ارزش‌های خانواده که به طور قوی حفظ می‌شوند، احتمالاً توسط سبک‌های ویژه‌ای از انتخاب‌های زیبایی شناسانه نمادگرایی می‌شوند» (همان منبع: ۹۴). از سوی دیگر سبک‌های زندگی فردی نیز هستند. سبک‌های زندگی گوناگون است و موجب کاهش همگونی می‌شود و انتخاب افراد را افزایش می‌دهد و متصل به نیاز به لباس طبق سن، جنس، طبقه و ... سبک‌های متمایزی را برای زنان و مردان به وجود می‌آورد (مچین و لوون، ۲۰۰۵).

۸- آلفرد آدلر

روان‌شناس آلمانی، آلفرد آدلر، در مورد سبک زندگی تعابیر متعددی دارد که بر محققان علوم اجتماعی پس از خود تاثیر زیادی گذاشته است. او می‌گوید سبک زندگی، یعنی کلیت بی‌همتا و فردی زندگی که همه فرآیندهای عمومی زندگی، ذیل آن قرار دارند (آدلر، ۱۹۵۶: ۱۹۱). سبک زندگی، طرح و دریافتی اجمالی است از جهان، فرایند در حال گذار و راه است؛ راه یکتا و فردی زندگی و دستیابی به هدف؛ خلاقیتی است حاصل از کنار آمدن با محیط و محدودیت‌های آن. سبک زندگی رفتار و منش نیست، بلکه امری است که همه رفتارها و تجربیات انسانی را به طور واحد هدایت می‌کند و خود به واسطه خوی‌ها و منش فردی شکل می‌گیرد (ولمن، ۱۹۸۱).

اولین بار آدلر از بین روان‌شناسان سبک زندگی را مطرح کرد، سپس توسط پیروان او گسترش یافت. آنان سبک زندگی، شکل گیری آن در دوران کودکی، نگرش‌های اصلی سبک زندگی، وظایف اصلی زندگی و تعامل آنها با یکدیگر را به تفصیل بحث

کرده و آن را در قالب درخت سبک زندگی نشان داده، مفاهیم ارزشی و انسان شناختی و فلسفی را مطرح کرده و تمام زندگی را به صورت یکپارچه به تصویر کشیدند (کاویانی، ۱۳۹۰: ۲۸).

آدلر و همکارانش سبک زندگی هر فرد را از شکل گیری تا پیامدها و آثارش به یک درخت تشبيه کرده اند:

- ۱- ریشه های این درخت همان ریشه های سبک زندگی است که شکل گیری آن را بیان می کند.

۲- ساقه این درخت درباره اعتقادات و نگرش های کلی افراد (شامل اعتقادات و عواطف و حتی آمادگی رفتاری و غیره) است.

۳- شاخه ها و سرشاخه های این درخت، وظایف زندگی هستند. در حقیقت سبک زندگی واقعی همان شاخه ها و سر شاخه هاست (کجبا و همکاران، ۱۳۹۰: ۶۳).

در میان جامعه شناسان معاصر، میشل سوبل سبک زندگی را شیوه های متمایز زندگی می نامد. سوبل (۱۹۸۱) دهه ۷۰ میلادی را به عنوان شروعی برای نظریه پردازی سبک زندگی می دارد و آن را مجموعه ای از رفتارهای قابل مشاهده و بیان گرانه در میان افراد تعریف می کند (چانی، ۱۹۹۶: ۱). او معتقد است می توان با سنجش رفتار قابل مشاهده، شاخص سازی کرد و میان سبک های زندگی تمايز قائل شد، چرا که از دیدگاه سوبل هر یک از شاخص ها، خود مبین وجهی از زندگی اند. همچنین از آنجایی که او سبک زندگی را مجموعه رفتارها می دارد، سنجش رفتار و یافتن شاخص برای آنها تنها با تبیین الگوهای مصرف ممکن است (محمدی و بی بک آبادی، ۱۳۸۹: ۱۰۲).

سوبل تاکید می کند که الگوی مصرف مشاهده شونده ترین و بهترین شاخص سبک زندگی است. به اعتقاد اوی سبک زندگی - فرهنگی یا مادی - پیامدهای گسترده ای برای زندگی فردی و اجتماعی دارد. سبک زندگی ممکن است عامل بهره برداری بهتر از انرژی یا از هم پاشیدن خانواده، تولید الگوهای مهاجرت، میزان جرم و جنایت، بهداشت و توزیع رفتارهای بهداشتی باشد (سوبل، ۱۹۸۱: ۱۶۹).

شاخص های سبک زندگی

یکی از راه هایی که می توان به درک بهتری از مفهوم سبک زندگی از نظر اندیشمندان گوناگون دست یافت، بررسی عناصر و مؤلفه هایی است که آنان برای سبک زندگی برشمرده و یا در تحقیقات خود از آنان به عنوان شاخص بهره برده اند. عناصری که زیمل، وبلن و وبر در آثار خود از آنها یاد کرده اند، عبارت از شیوه تغذیه، خود آرایی (نوع پوشاسک و پیروی از مده)، نوع مسکن (دکوراسیون، معماری و اثاثیه)، نوع وسیله حمل و نقل، شیوه های گذران اوقات فراغت و تفریح و اطفار (رفتارهای حاکی از دست و دل بازی) و مانند آن می باشد. در دو دهه اخیر دانشمندان علوم اجتماعی شاخص های متعددی را برای سبک زندگی ارائه نموده اند. «کلاکهون^۱» (۱۹۵۸) در مورد شاخصه های مورد مطالعه سبک زندگی در دهه پنجماه به رفتارهای شخصی مصرفی که حاکی از ترجیحات فردی مانند نحوه استفاده از صنایع فرهنگی، تفریحی و ورزشی، نحوه بازی کردن و لباس پوشیدن باشد، اشاره نموده است. «گوردن^۲» (۱۹۶۳) در مطالعه سبک زندگی، بر عواملی مانند الگوهای مصرف، نوع لباس، نحوه صحبت، نگرش ها والگوهای مربوط به نقاط تمرکز علاقه مندی در فرهنگ مانند امور جنسی عقلانیت، دین، خانواده، میهن پرستی، آموزش، هنرها و ورزش ها تاکید نموده است. «لوید وارنر^۳»، در پژوهش سبک زندگی یانکی سیتی، افرون بر نحوه گذران اوقات فراغت و تفریحات و سلیقه های ورزشی، به تفاوت های دینی و چشم اندازهای اخلاقی، ارزش های

¹ - Klakhvn

2 - Gordon

3 -Lloyd Warner

4- Irene

سیاسی، الگوهای زندگی خانوادگی، روابط زناشویی و تربیت کودک اشاره نموده است. «ایرین^۱» و دیگران (۱۹۶۹) معتقدند سبک زندگی در شهرنشینی آمریکای اواخر دهه ۱۹۶۰ در مواردی مانند محل زندگی، مشارکت های محلی، نوع منزل و نوع مدرسه محل تحصیل فرزندان تجسم می یافت. «ون هوتن^۲» عناصر سبک زندگی در خانواده را شامل اثاثیه، اشیاء هنری، انواع لباس پوشیدن ها، مواد خواندنی، آلات موسیقی، سلیقه در غذا و نوشیدنی ها، روش پخت، نوع صحبت کردن در خانه، نوع گذران اوقات فراغت، بودجه بنده، روابط با فرزندان، ضوابط و روش های تربیت کودک، تراکم جمعیت ساکن در خانه و محل و نوع ویژگی های اشتغال اعضای خانواده بیان نموده است. «ویل^۳» معتقد است سبک زندگی علاوه بر مصرف، ارزش ها، نگرش ها، مسائل جمعیت شناختی، تفاوت های جنسی، موقعیت اقتصادی، شغل، طبقه بنده اجتماعی و مشارکت در فعالیت های اوقات فراغت را در بر می گیرد. «جرالد لسلی^۴» و دیگران، به تحقیق قابل توجهی اشاره می کنند که در آن، بیشتر شهرنشینان مورد سوال، شناخت خود از موقعیت اجتماعی دیگران را، با توجه به عوامل سبک زندگی ایشان و در راس آن لباس و سپس طرز حرکات و سبک محاوره به دست می آورند. لسلی و دیگران از جمله عوامل سبک زندگی را سلیقه (مانند سلیقه در انتخاب نوشیدنی، تجهیز خانه، مواد خواندنی و گذران اوقات فراغت) و آداب معاشرت و در یک بیان کلی، الگوهای مصرف می دانند. فرن در بحث مؤلفه های سبک زندگی بر فعالیت ها (مانند کار، سرگرمی و تفریحات)، علاقه مندی ها (مانند خانواده و رسانه) و عقاید (مانند موضوعات اجتماعی، سیاسی و اقتصادی) تاکید نموده است. همچنین برلسون و استینر، مؤلفه های سبک زندگی را در مواردی چون اوقات فراغت و ذوقیات و نحوه مصرف مناسب پول پیگیری نموده و مواردی مانند رسیدگی به وضع ظاهری و لباس، آداب معاشرت، سلیقه زیبا شناختی، سرگرمی ها و خوردنی ها را به عنوان شاخص های سبک زندگی مطرح نموده اند. سوبیل تاکید می کند که الگوی مصرف مشاهده شونده ترین و بهترین شاخص سبک زندگی است. «لامونت^۵» و همکاران (۱۹۹۶) ضمن تاکید بر شیوه سازمان دادن زندگی شخصی، الگوی تفریح و مصرف را بهترین شاخص سبک زندگی بیان نموده اند. دیوید چینی، سبک های زندگی را سازمان اجتماعی مصرف دانسته و معتقد است سبک زندگی شیوه الگومند مصرف و درک یا ارج نهادن به محصولات فرهنگ مادی است. گوردون در جمع بنده خود چند عامل مهم را در مطالعه سبک زندگی شامل الگوهای مصرف، نوع لباس، نحوه صحبت، نگرش ها و الگوهای مربوط به نقاط تمرکز علاقه مندی در فرهنگ مانند امور جنسی، عقلانیت، دین، خانواده، میهن پرستی، آموزش، هنرها و ورزش ها بر شمرده است. «مارتین سگالن^۶»، جامعه شناس فرانسوی، در جمع بنده خود از تحقیقات در مورد سبک زندگی بر سه محور مسکن (فضای داخلی خانه و تقسیم بنده فضاهای خصوصی و فضاهای عمومی و تفریحی داخلی و خارجی)، معاشرت و شبکه روابط خویشاوندی و انتقاء در امور و حوادث و تاثیر این نوع روابط بر نوع گذران اوقات فراغت و نوع نگاه و رفتار در مورد اشتغال زنان و تقسیم کار در زندگی زناشوئی تاکید نموده است. علاوه بر آن، «هندری^۷» معتقد است که از اواسط دهه ۱۹۸۰ به بعد، ابعاد سلامت و بهداشت نیز به منزله یکی از از مؤلفه های سبک زندگی مورد توجه قرار گرفته است (نیازی و کارکنان نصرآبادی، ۱۳۹۲: ۱۸۲-۱۸۵).

به طور کلی می توان مؤلفه های سبک زندگی را شامل موارد زیر دانست:

- ۱) الگوهای مصرفی و نمادهای منزلتی: مسکن و املاک، اتومبیل، تلفن همراه، تزئینات و دکوراسیون، پوشش ظاهری.
- الگوهای رفتاری: طرز گذران اوقات فراغت، تفریحات و ورزش، نوع بیان و لهجه، لحن و گفتار، طرز آرایش و پیرایش ظاهری.
- نمادهای فرهنگی: نمادهای بومی - محلی، نمادهای ملی، نمادهای فراملی و جهانی، نمادهای سنتی، نمادهای مدرن.

¹- Van Houten

²- will

³- Gerald Leslie

⁴-Lamont

⁵ - Martin Sgaln

⁶ - Hendry

۲) نقش های اجتماعی: نقش های مبتنی بر روابط شغلی و حرفه ای، نقش های شخصی، نقش های اجتماعی، نقش های خانوادگی و خویشاوندی.

۳) ارزش های اجتماعی: جمع گرایی و فردگرایی، آینده نگری و گذشته گرایی، کار و تلاش فردی و جمعی، تقسیم کار، تخصص گرایی، ثروت و دارایی، امنیت و آسایش، معنویت گرایی، دنیاگرایی، قدرت مداری، خوشبختی و سعادت، حرمت و احترام و قانون گرایی (همان منبع: ۱۸۵).

مؤلفه های سبک زندگی اسلامی

به عقیده صاحب نظران، سبک زندگی هر فرد و جامعه متأثر از نوع باورها (جهان بینی) و ارزش های حاکم بر آن فرد و جامعه است. مشخص است که جهان بینی مادی و ارز شهای لذت گرایانه طبیعتاً سبک زندگی خاصی را پدید می آورند. هما نطور که جهان بینی الهی و ارزش های کمال گرایانه و سعادت محورانه سبک خاصی از زندگی را شکل می دهند (شریفی، ۱۳۹۱: ۳۴). حال از آنجا که در جوامع گوناگون بحث از آیین و روش زندگی دینی مطرح بوده است و ادیان مختلف در طول تاریخ دستورالعمل های خاصی برای همه ابعاد زندگی انسان ارائه کرده اند و مدعی بوده اند که جامعه مطلوب و زندگی سالم در نتیجه پیروی از روش زندگی ارائه شده توسط آنان است (رجب نژاد و دیگران، ۱۳۹۲: ۹). پس می توان انتظار داشت که سبک زندگی اسلامی نیز از سبک های مهم و تأثیرگذار در زندگی افراد و در جوامع گوناگون است؛ خصوصاً در عصر حاضر که کاستی های سبک زندگی غیر دینی و مادی بر همگان روشن شده است (افشانی و دیگران، ۱۳۹۳: ۸۴).

سبک زندگی از دیدگاه اسلام، به مجموعه ای از موضوعات مورد قبول اسلام در عرصه زندگی اشاره دارد که براساس آن، معیار رفتار ما باید مبتنی بر اسلام و آموزه های اسلامی باشد. خدا محوری و حاکمیت ارزش های اسلامی در زندگی از مهمترین معیارهای سبک زندگی مورد تأیید اسلام است؛ درواقع، در این سبک زندگی، زندگی فردی و اجتماعی افراد باید مبتنی بر اسلام و رهنمودهای قرآنی باشد. اسلام با احکام جاودانه خود، سبک آرامانی و در عین حال، واقع گرایانه را پیشنهاد نموده است که مبتنی بر نگرشی متعالی به هستی و انسان است و آدمی را موجودی مسئول و مختار می داند که سرنوشت او به دست خودش رقم می خورد. در این سبک زندگی، غایت آموزه های دینی رهایی از سبک زندگی غیر اسلامی و رسیدن به حیات طیبه می باشد که ایمان و عمل صالح، ملاک و معیار اساسی سبک زندگی اسلامی و دستیابی به حیات طیبه است. در این سبک از زندگی، انسان به طور طبیعی مدلی را که بیشترین هماهنگی را برای دستیابی به قرب الهی داراست، در زندگی فردی و اجتماعی خود مطلوب می داند و تقرب به خدا و لقاء الله را هدف نهایی خود می بیند؛ از این رو، همه شئون زندگی خود را؛ از نماز و عبادت تا کسب و کار، تحصیل، تفریح، معاشرت، بهداشت، خوارک، معماری، هنر، سخن گفتن، تولید، مصرف، آراستگی ظاهری و امثال آن را در مسیر این هدف قرار می دهد (همان منبع: ۸۵).

در اسلام، سبک زندگی بر اساس سه محور اعتقادات، اخلاقیات و وظایف عملی (عبدات) استوار است.

الف) اعتقادات: اصول اعتقادی اسلام یعنی ایمان و عقیده به توحید، نبوت و معاد. این سه اصل، شالوده دیانت اسلام را تشکیل می دهند.

ب) اخلاقیات: یعنی مسلمان ویژگی های درونی و روانی خود را به گونه ای بسازد که با کلیت این سیستم مفهومی هماهنگ و منطبق باشد. شاید محکم ترین تعبیر قرآن در این زمینه همان تقوا باشد که می توان آن را «ترس آمیخته با احترام از خداوند» معنا کرد.

ج) وظایف عملی و عبادات: از آن جایی که پیام اصلی اسلام، توحید است و یکی از مراحل آن، توحید در عبادات است، پس از قبولی قلبی و اقرار زبانی به اصول فوق، باید عمل به ارکان را مکمل موجود بودن شمرد. عبادات یا وظایف عملی، بخش مهمی از مجموعه اعمال و رفتارها را تشکیل می دهد که در فرهنگ اسلامی به عنوان فروع دین شناخته شده است و در کنار اصول دین قرار دارد.

بر این اساس، تعالیم اسلام تمام وظایف زندگی را پوشش می دهد و سبک زندگی برگرفته شده از آن، سبک زندگی ایده آل و مطابق با فطرت بشریت است. در نهایت می توان گفت سبک زندگی اسلامی جامعیت داشته و مؤلفه های مختلفی را در بر می گیرد که به قرار زیر است:

۱. مؤلفه اجتماعی که به وظایفی اشاره دارد که فرد در ارتباط با دیگران، فراتر از خود و خانواده هسته ای خود انجام می دهد.
۲. مؤلفه های عبادی که به وظایفی اشاره دارد که رابطه بین فرد و خداوند را به عنوان عبد و مولانا نشان می دهد و اعم است از عبادات مشخص، مثل نماز، روزه، تلاوت قرآن، ذکرهای مستحبی، حج و... و رفتارهایی که رسمآ نام عبادت ندارند، اما فرد به نیت اطاعت از خداوند آن را انجام می دهد.
۳. مؤلفه باورها به مفاهیم هستی شناختی، انسان شناختی، خداشناسی و... که اشاره دارد به این که در فرد درونی شده و در لایه های زیرین عاطفی و شناختی او حضور دارند و به صورت خودآگاه یا ناخودآگاه، نقش تعیین کننده ای در رفتارها دارند.
۴. مؤلفه اخلاق که به صفات و رفتارهای درونی شده ای از فرد گفته می شود که وظیفه رسمی و قانونی او شمرده نمی شود و با ترک یا انجام آن کسی او را مؤاخذه یا تشویق نمی کند. در اینجا به بعد فردی و اجتماعی اخلاق نظر می شود (بعد الهی آن در شاخص باورها ملاحظه شده است).
۵. مؤلفه مالی که به رفتارهایی از فرد اشاره دارد که مستقیم یا غیرمستقیم، به امور اقتصادی و مادی زندگی مربوط می شود و اموری مثل شغل، املاک، کیفیت دخل و خرج و... را شامل است.
۶. مؤلفه خانواده که به رفتارها و روابط فرد از این حیث که عضوی از یک خانواده هسته ای است، اشاره دارد؛ یعنی زن، شوهر و فرزندان. (خانواده بزرگ، در شاخص اجتماعی ملاحظه شده است).
۷. مؤلفه سلامت که به اموری نظر دارد که در سلامت جسمانی و روانی فرد ایفای نقش می کنند و تغذیه، بهداشت، فعالیت بدنی، تفریح، بازی، لذت های زندگی، سیاحت و زیارت، خواب و استراحت، دید و بازدید، ظاهر زشت یا زیبای فرد و... را شامل می شود.
۸. مؤلفه تفکر و علم که به وظایف شناختی فرد اشاره دارد، اعم از شناخت های موجود در فرد، تلاش برای افزایش شناخت های خود و جایگاهی که فرد برای علم و تفکر قائل است.
۹. مؤلفه دفاعی - امنیتی که به وظایفی اشاره دارد که به صورت فردی یا اجتماعی با امنیت افراد و جامعه مربوط می شود، مثل حفظ مرزها، انتظامات داخلی شهرها و روستاهای، شناسایی و مجازات مجرمان در دعواهای خصوصی افراد و...
۱۰. مؤلفه زمان شناسی که به وظایف فرد در خصوص استفاده بهینه از زمان مربوط می شود (سهرابی رنانی، بی تا).

شاخص های سبک زندگی اسلامی

اسلام یکی از ابزارهای سازنده سبک زندگی اسلامی می باشد. دستورات دینی شکل دهنده و تاثیر گذار بر سبک زندگی افراد است. طبیعی است در سبک زندگی اسلامی بر خلاف سبک زندگی غربی، هر فردی در زندگی خود باید ارتباط موثر با خود و دیگران برقرار کند؛ در سبک زندگی غربی اصالت فرد مطرح است و تمام تلاش نظریه پردازان غربی این است که افراد به خود توجه کرده و به سود و لذت بیشتر از هر راه دست یابند؛ بنابراین سه چیز در سبک زندگی غرب اصل است: اصالت فرد، اصالت سود و اصالت لذت. باید توجه داشت در سبک زندگی اسلامی هم این مسائل مطرح است، اما اصیل و ذاتی نیست. اسلام توصیه می کند افراد به نیازهای فردی خود پاسخ دهند اما در عین حال به تمام ابعاد توجه کنند: «یا ایها الذين آمنوا عليکم انفسکم؛ ای کسانی که ایمان آورده اید به خود پردازید» (سوره مائدہ، آیه ۱۰۵)؛ بنابراین اسلام هم به سلامت روح بها می دهد هم جسم اما این اصل نیست و در کنار آن افراد باید به دیگران و مسائل اجتماعی هم توجه کرده و در این راستا برای خود چارچوبی تعیین کنند تا روابط اجتماعی بهبود یابد. کوتاه ترین سوره قرآن یعنی سوره عصر علاوه بر تاکید بر مسائل فردی مانند ایمان و عمل صالح که نقش تعالی در روح انسان دارد، شرط خروج از خسran و زیان را روابط اجتماعی می داند. توصیه

به روابط اجتماعی از نظر قرآن دارای جایگاه مهمی است و سبک زندگی اسلامی صرفاً بر فرد بنا نشده است؛ بنابراین شاخص های سبک زندگی اسلامی را می توان در دو بعد فردی و اجتماعی تقسیم نمود (آذر شب و میر مرادی، ۱۳۹۳: ۵).

الف - شاخص های فردی سبک زندگی اسلامی

برخی از شاخص های فردی سبک زندگی اسلامی عبارتند از: تقوا گرائی و خدا محوری، تفکر، راستگوئی و صداقت، اهمیت دادن به سلامتی و صبر و خویشتن داری.

۱- تقوی گرائی و خدا محوری

تقوا به معنای عام کلمه لازمه زندگی هر فردی است که می خواهد انسان باشد و تحت فرمان عقل زندگی کند و از شاخص های معینی پیروی نماید. تقوای الهی یعنی این که انسان خود را از آنچه از نظر دین و اصولی که دین در زندگی معین کرده، خط و گناه و پلیدی و زشتی شناخته شده، حفظ و صیانت کند و مرتکب آنها نشود. تقوا در درجه اول و به طور مستقیم از ناحیه اخلاقی و معنوی به انسان آزادی می دهد و او را از قید رقیت و بندگی هوا و هوس آزاد می کند، رشته حرص و طمع و حسد و شهوت و خشم را از گردنش بر می دارد، ولی به طور غیر مستقیم در زندگی اجتماعی هم آزادی بخش انسان است. رقیت ها و بندگی های اجتماعی نتیجه رقیت معنوی است. آن کس که بنده و مطیع پول و یا مقام است نمی تواند از جنبه اجتماعی، آزاد زندگی کند (همان منبع).

با توجه به این که منشا بیشتر گرفتاری های هر کسی خود اوست و هر کسی خودش بالاترین دشمنان خودش است و هر کسی خودش سرنوشت خود را تعیین می کند، غالب رفتارهای هر کسی با خودش خصمانه است. اغلب گرفتاری هایی که برای ما پیش می آید از خارج نیامده، خودمان برای خودمان درست کرده ایم. با توجه به اینها خوب واضح می شود که سلاح تقوا چه اندازه موثر است در این که انسان را از فتنه ها دور نگه می دارد، به فرض این که در فتنه واقع شد تقوا او را نجات می دهد (همان منبع: ۶).

بر اساس سبک زندگی دینی، اگر دنیا ارزشی دارد، از آن حیث است که می تواند ابزاری باشد برای نیل به سعادت اخروی و زندگی واقعی، و گرنه به سبب روال پذیری و توأم بودن آن با سختی ها و ... ارزش واقعی ندارد و جز بازیچه ای موقتی برای کسانی که از خدا غافل شده اند نیست (همان منبع).

۲- تفکر

یکی از شاخصه های مهم سبک زندگی فردی معرفت و تفکر است، زیرا بعد از تفکر و معرفت حرکت صورت می گیرد. ما برای این تفکر و اندیشه نیاز به دانش داریم و در اسلام اهمیت فراوانی برای دانش قائل شده اند، این خود یکی از شاخص های سبک زندگی است که چه چیزی را و از چه چیزی فرا بگیریم. انسان برای فهم سبک زندگی باید ابتدا خود را بشناسد، باید ویژگی ها و ظرفیت خود مانند فطرت انسانی اش را بشناسد و به دنبال رفع نیازهای فطری اش باشد. همچنین مهمترین موضوعی که انسان در تعامل با خود در نظر گرفته، توجه به خود و تفکر و تدبیر در وجود انسان است. امام علی (ع) فرمودند: هیچ خیری نیست در عبادتی که تفکر در آن نباشد؛ اولین قدمی که بر می داریم دست یابی به معرفت و شناخت نسبت به خود است و به طور قطع کسی که خودش را شناخته خدا را می شناسد. در نگاه امام حسین (ع)، فرد مومن برای رسیدن به خداوند، از ابزارهای گوناگون کمک می گیرد. او برای تقرب به خدا، از شناخت خود شروع می کند و برای شناخت خود، ملاک دارد نه احساس. معیارهای فرد با ایمان، قوانین محکم و روشنی است که از پروردگارش به او رسیده است. فرد با ایمان، خود را تنها نمی بیند و دست خالی هم نیست. این سخن امام حسین (ع) گویای جان کلام است: «به راستی مومن، خدا را نگهدار خود از گزندها و گناهان و گفتار او - قرآن - را آینه خود گرفته است، گاهی - در این آینه - به اوصاف مومنان می نگرد و گاهی به اوصاف گردن کشان می نگرد و در آن، نکته ها می بیند و خود را شناسائی می کند و به هوشیاری خود یقین می کند و به پاکی خود اطمینان می یابد»(همان منبع).

۳- راستگوئی و صداقت

صداقت یا راستگوئی یکی از بهترین ویژگی‌هایی است که هر انسان سالمی می‌تواند از آن برخوردار باشد. صداقت ابزار قدرتمندی است برای ساختن اعتبار و اطمینان. اولین خصوصیات رفتاری هر معتمدی، صداقت و صراحت اوست که نیمی از مشکلات ما را به راحتی از بین می‌برد و دست ما را برای بیان خواسته‌ها و برنامه‌هایمان بازتر می‌کند. صداقت مانند یک نیروی نامرئی، مانع از ادامه اشتباهات و خطاهای ما می‌شود. چرا که با بیان حقیقت دیگر راهی برای ادامه خطأ و اشتباه وجود ندارد و ناخودآگاه راه بیراهه ما به بن بست خواهد رسید. راستگوئی روح و روان را جلا می‌دهد، قدرت بیان را افزایش می‌دهد و سخن را شیواتر می‌سازد. افراد راستگو از قدرت و جرات مناسبی در حقایق برخوردارند و راحت‌تر می‌توانند به اعمال و رفتار اشتباه دیگران اعتراض کنند. با صداقت پایه زندگی سالم بنا می‌شود و استحکام آن دو چندان می‌گردد، رنجش دیگران از ما کمتر می‌شود و کمتر خود و اطرافیان دچار دردسر می‌شویم (همان منبع: ۷-۶).

قرآن در آیات ۲۰ و ۲۱ سوره احزاب به تاثیر و کارکرد راستگوئی مومنان در گفتارشان اشاره کرده و آن را سبب اصلاح اعمال آنان می‌داند. از این رو فرمان می‌دهد برای این که اعمال آنها به اصلاح گراید، همواره گفتار خالی از هر گونه شائبه دروغ و لغو بگویند و سخنی را بر زبان آورند که ظاهر آن با باطن آن موافق باشد. در آیات ۲۰ و ۲۱ همان سوره صداقت و راستگویی موجب تسلیم شدن شخص در برابر دستورهای خداوند و آموزه‌های وحیانی تسلیم اند و هرگز برخلاف آن عمل نمی‌کنند و رفتارشان همواره در چارچوب آموزه‌های دینی است و گامی برخلاف آن بر نمی‌دارند. اصولاً رستگاری جز با راستگوئی امکان پذیر نیست و کسی که دروغ می‌گوید و ظاهر کلامش با باطن آن موافقت ندارد و برخلاف واقع سخنی را بر زبان می‌راند، نمی‌تواند امید به رستگاری داشته باشد. خداوند در آیه ۱۱۹ سوره مائدہ می‌فرماید: «روز قیامت تنها کسانی رستگار می‌شوند و از آتش دوزخ رهائی می‌یابند که راستگو باشند. امروز روزی است که تنها صدق و راستی راستگویان است که به فریاد ایشان می‌رسد و سربلند و پیروز از آزمون دنیا ببرون می‌آیند». در حقیقت کسانی که راستگوئی را منش و روش خویش قرار داده اند و در هر حال و مقامی راستگویی می‌کنند و سخنی به دروغ بر زبان نمی‌رانند در قیامت از راستگوئی خویش بهره مند می‌شوند (همان منبع: ۷).

۴- اهمیت دادن به سلامتی

مواظبت بر طعام یکی از عوامل سلامتی بدن است. سبک زندگی اسلام منظومه‌ای گسترده است که در تمام زوایای زندگی انسان الگو معرفی می‌کند. در غذا می‌گوید اگر کسی غذایش کم باشد بدنش سالم تر می‌ماند و قلبش هم با صفا می‌شود (همان منبع). رسول خدا فرمود: «نعمتان مجھولتان» یعنی دو نعمت هستند که شناخته شده نیستند و آن دو امنیت و عافیت هستند. اینجا نیز توصیه اسلام به سلامتی را می‌بینیم، پس یکی از شاخصه‌ها و قطعه‌های سبک زندگی فردی این است که ما سبک سالم نگاه داشتن بدن خود را یاد بگیریم زیرا با این بدن می‌توان نماز شب خواند، جهاد کرد، کمک به همسایگان کرد و روزی خانواده خود را تامین کرد.

اسلام برای سبک زندگی برنامه دارد، اسلام به همه جنبه‌ها توجه کرده و جاهایی که به طور مستقیم اشاره نکرده جملاتی آورده که از آن می‌توان خواست اسلام را دریافت (همان منبع).

۵- صبر و خویشتن داری

فراز و فرودهای شرایط زندگی، نیاز به روحیه‌ای دارد که بتواند آن را مهار و در همه آنها ایستادگی کند. چنانچه انسان در برخورد با مشکلات گوناگون، از ابزارها و مهارت‌های کافی برخوردار نباشد، به بن بست روانی خواهد رسید. در آموزه‌های دینی تلاش شده تا این پیش نیازها به پیروان معرفی و به عنوان یک مهم بدان نگریسته شود. بردباری و خویشتن داری، از مهارت‌هایی است که بدون آن، تحمل شکست‌ها و ناکامی‌ها ناممکن می‌نماید. امام حسین (ع) زیبائی این ویژگی را چنین بیان می‌کند: «بردباری زیور است». به همان اندازه که میل به گردآوری زینت‌های مادی در وجود انسان نهاده شده، گرایش فطری به

گرداوری بسته‌ای از خوبی‌ها نیز وجود دارد، فقط کافی است یک انسان کامل و راهنمای، چنین قضایایی را طرح تا فضای فکری و عاطفی افراد به آن سوق یابد (همان منبع: ۷-۸).

ب- شاخص‌های اجتماعی سبک زندگی اسلامی

۱- تلاش و کوشش

پس از تفکر و کسب دانش نیاز به تلاش برای زندگی ماندن و کسب درآمد داریم، اسلام نیز در سبک کار و تلاش و تامین معاش توصیه‌هایی کرده است. اسلام اهمیت بسیاری به تلاش و کار داده است و انسان را از کسلی و تنبی بر حذر داشته است؛ در روایتی داریم «کسالت به دین و دنیای انسان ضرر می‌رساند». البته امیر مومنان امام علی (ع) خوشخوی را در سه چیز می‌داند، از جمله این سه چیز فراهم آوری آسایش و رفاه برای خانواده است. پس خوشخوی تنها به چهره گشاده نیست بلکه در رفتاری است که بخشی از آن واجبات یا مستحبات است. کسی که به وظیفه خود عمل کند خوشخواست و اگر بتواند فراتر از وظیفه واجبی، به مستحب نیز اقدام کند در خوشخوی برتر است. از این رو امام علی (ع) می‌فرماید: «خوش اخلاقی در سه چیز است: دوری کردن از حرام، طلب حلال و فراهم آوردن آسایش و رفاه برای خانواده». در سبک زندگی اسلامی انسان باید برای فقیر نبودن تلاش کند، انسان باید برای رهایی از فقر سعی خود را به کار بندد و هم زاده‌انه زندگی کند و به دنیا دل بنند (همان منبع: ۸).

۲- اعتدال و میانه روی

اعتدال و میانه روی، همان گونه که از نامش پیداست، به معنای پیمودن و گزینش راه میانه و وسط و عدم تمايل به دو طرف افراط و تفریط می‌باشد. این واژه در منابع اسلامی، با الفاظی مانند قصد، اقتصاد، وسط استعمال شده است. با پژوهشی ژرف و عمیق می‌توان دریافت، همان گونه که اصل توحید در تار و پود احکام و مقررات اسلام و آیات و روایات و سیره ائمه (علیهم السلام) پیچیده شده، اصل اعتدال نیز در تشریع احکام لحاظ گردیده است. قرآن کریم، امت اسلام را امت میانه و وسط می‌نامد و می‌فرماید: «و كذلك جعلناکم امة وسطاً لتكونوا شهداء على الناس و يكون الرسول عليكم شهيداً؛ و اين چنین شما را امتی میانه (معتدل) ساختیم تا بر مردمان گواه باشید و پیامبر (صلی الله علیه و آله) هم بر شما گواه باشد» (سوره بقره: آیه ۱۴۳). معنای آیه بالا این است که در آیین اسلام، هیچ گونه افراط و تفریط وجود ندارد و مسلمانان برخلاف سایر فرقه‌ها، از مقرراتی پیروی می‌کنند که قانونگذار آن، به تمام نیازهای فطری بشر آگاه بوده و همه جهات زندگی جسمی و روحی او را در نظر گرفته است.

اصل اعتدال که در قرآن کریم به آن عنایت فراوانی شده است، در زندگی پر برکت پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) و ائمه هدی (علیهم السلام) و در کلیه اعمال و رفتارشان به روشنی دیده می‌شود. آنان هرگز در هیچ امری از اعتدال و میانه روی خارج نشدند. سیره رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در همه وجوده، سیره‌ای معتدل بود. همان طوری که حضرت علی (علیه السلام) در مورد آن حضرت فرموده است: «سیرته القصد رسول خدا، سیره و رفتارش میانه و معتدل بود» (پور کریمی، ۱۳۸۳: ۶).

رسول خدا (صلی الله علیه و آله) در رفتار فردی، در خانواده و اجتماع، در اداره امور و سیاست، در رویارویی با دشمنان و حتی در میدان نبرد، اعتدال را پاس می‌داشت و از افراط و تفریط در هر کاری پرهیز می‌کرد و تاکید فراوان داشت که امتش از او پیروی کنند و در زندگی میانه روی پیشه سازند. از این رو، می‌فرمود: «يا ايها الناس عليكم بالقصد، عليكم بالقصد، عليکم بالقصد: اي مردم! بر شما باد به میانه روی، بر شما باد به میانه روی، بر شما باد به میانه روی». متناسبانه، بیشتر افراد و بسیاری از جوامع، در حیات خود فاقد این اصل بوده و هستند. از این رو، یا به دامن افراط افتاده و یا در تفریط غلتیده اند و از مسیر صحیح و طریق کمال و هدایت خارج شده اند. ریشه بسیاری از انحرافات فردی و اجتماعی را می‌توان در عدم رعایت اصل اعتدال جست. اصولاً شان عقل، اعتدال است و شان جهل، عدم اعتدال، یعنی انسان عاقل انسانی متعادل است و انسان جاهل

غیر متعادل. حضرت علی (علیه السلام) درباره انسان جاهل همین شان را بیان می فرماید: «لَا تُرِي الْجَاهِلُ إِلَّا مُفْرَطًا أَوْ مُفْرِطًا»: جاهل را نمی بینی، مگر این که یا افراط می کند و یا تفریط (همان منبع).

اصل اعتدال باید به شکل کلی و فرآگیر در سبک زندگی فردی و اجتماعی حاکم باشد و همیشه و همه جا افکار، کردار و گفتار او را در برگیرد (آذرشپ و میرمرادی، ۱۳۹۳: ۸). در اینجا سه محور یاد شده توضیح داده می شود.

۱-۱- افکار

منشا همه تصمیمات آدمی، فکر و اندیشه اوست؛ اگر فکر معتدل و مستقیم باشد، رفتار فرد راه اعتدال می پوید و اگر اندیشه به بیماری عدم اعتدال گرفتار شود، اعمال انسان نیز به آفت افراط و تفریط دچار می شود. امیر مومنان (علیه السلام) نقش کلی و حیاتی اندیشه را چنین بیان می کند: «هُر كُسٌّ يُبَشِّرُ بِأَقْدَامٍ اندِيشَهُ كَنْدَهُ، دُرْسَتِي عَمَلْشَ افْزُونَ مَيْ گَرَدَ» (همان منبع).

۱-۲- کردار

رفتار عادلانه، نتیجه اندیشه معتدل است و مومنان با تصحیح افکار و عقاید خویش، به تعديل کردار خود می پردازند و در هیچ کاری به افراط و تفریط نمی گرایند. آیات و روایات و احکام و مقررات اسلامی نیز به طور گسترده و پیگیر در صدد تنظیم همه امور فردی و اجتماعی مسلمانان بر محور حق و اعتدال و پیشگیری از نامیزانی و افراط و تفریط هستند (همان منبع: ۸ - ۹).

۱-۳- گفتار

زبان یکی از فعالترین اعضای بدن آدمی است و به نمایندگی از همه اعضا با دیگران ارتباط برقرار می کند، پیمان می بندد، خرید و فروش می کند، می بخشد، جنگ و صلح راه می اندازد، ایمان و کفر او را بر ملا می سازد و ... به همین دلیل باید به دقت کنترل شده، تربیت گردد تا به میانه روی و اعتدال عادت کند؛ به این معنی که جز در موقع ضروری سخن نگوید و سخن حق را صواب بگوید، ذکر بگوید، نصیحت کند، تعلیم دهد و تعلیم بییند، از سوی دیگر یاوه نبافد، تهمت نزند، فتنه گری نکند، فحش و ناسزا نگوید، سخنان کفر آمیز و شرک آلود بر لب نیاورد و... خلاصه مهمترین امر در سخن گفتن نیز رعایت اعتدال و نیز به جا سخن گفتن است به این معنا که باید حکیمانه توأم با فصاحت و بلاغت سخن گفت تا موثر و کارآمد واقع شود (همان منبع: ۹).

۲- پایبندی به خانواده

اسلام به حفظ نهاد خانواده اهتمام ویژه ای دارد. در یک جمله می توان گفت خانواده شاهراه اصلی رسیدن به پیشرفت و کمال است و همین جایگاه عظیم سبب شده که عوامل مختلف دست به دست هم دهنده تا این مسیر را مسدود کنند. دشمن از این راه در صدد است تا با هدف گرفتن خانواده و تقضیه زدایی و از بین بردن کارکردهای آن جلوی پیشرفت جامعه را بگیرد، زیرا پیشرفت و سلامت جامعه در گرو خانواده سالم است (همان منبع).

یکی از راهبردهای غرب در راستای این هدف، تغییر سبک زندگی است. این پدیده را که از پایه های اصلی مدرنیته به شمار می رود و تغییر ارزش ها را نیز به دنبال دارد، می توان عامل اصلی طلاق در عصر حاضر به شمار آورد که سبب کم رنگ شدن معنویت و تغییر هویت فردی و اجتماعی و در نتیجه تضعیف و فرو پاشی نهاد مقدس خانواده می شود (همان منبع).

اهمیت خانواده و نقش آن در جامعه بشری از رهaward تامل و تفکر در دو بعد وجودی انسان آشکار می گردد. خانواده یک واحد اجتماعی است که هدف از آن در نگاه قرآن، تامین سلامت روانی برای سه دسته است: زن و شوهر، پدر و مادر و فرزندان. همچنین هدف، ایجاد آمادگی برای برخورد و رویارویی با پدیده های اجتماعی است. در آیه ۷۴ سوره فرقان می خوانیم: «وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رِبُّنَا هُبَّ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا قَرْهَ أَعْيُنَ وَ اجْعَلْنَا لِلْمُتَقِينَ أَمَامًا؛ وَ كَسَانِي كَمَى گویند ما را از همسرانمان نور

چشمان ببخش و ما را رهبر پرهیزکاران گردان». این آیه بر اهمیت خانواده و پیش آهنگی آن در تشکیل جامعه نمونه انسانی اشاره دارد، چنان که پیوندهای سالم و درخشان خانوادگی را ایده آل پرهیزکاران معرفی می کند (همان منبع).

در درون واحد اجتماعی خانواده پدر و مادر از آغاز تولد کودکان به عنوان الگو برای آنان مطرح هستند. نقش معنای اهمیت خانواده در بهسازی وضعیت بشر نیز در همین واقعیت نهفته است. در نگاه پیشوایان دین، باورها، سبک زندگی، عادت‌ها، تمایلات و اهداف والدین از مهمترین عوامل تاثیر گذار بر کودکان هستند؛ بنابراین نوع رفتار والدین در هماهنگ سازی خواست‌ها و تمایلات خودشان از یک سو و تمایلات خانوادگی و اجتماعی از سوی دیگر و همچنین تلاش پیوسته آنان برای تامین رفاه و سلامتی روانی خانواده و نوع برخورشان با ظایاف دینی و اجتماعی از عوامل ایجاد هسته تعاؤن و همکاری اجتماعی در کودک شمرده می شوند. ارزش خانواده بیش از هر چیز بر پایه مودت و دوستی بین اعضای آن استوار است؛ اعضا‌ی که انجام حقوق متقابل، آنان را در کنار یکدیگر نگاه داشته است و اگر این جریان بر اساس دوستی و تفاهم و بر کنار از منیت‌ها ادامه یابد به کمال انسانی مورد انتظار خواهد انجامید (همان منبع).

۴- صله رحم

یکی از مسائل مهمی که اسلام بسیار به آن پرداخته است مساله صله رحم است. بعضی از خانواده‌ها به دلایل بی اساس با فامیل قطع رابطه دارند و از پیامد سوء آن غافلند. رسول خدا فرمود: هنگامی که علم پدیدار، ولی از عمل به آن خودداری شود و (نیز) زبان‌های مردم (به ظاهر) موافق و دل‌های آنان (در باطن) مخالف یکدیگر باشد و قطع رحم رواج پیدا کند، در چنین روزی خداوند بر آن مردم لعنت می کند و آنها را گنگ و نابینا می سازد تا از دیدن و شنیدن حقایق محروم گرددند (همان منبع: ۱۰).

در خانواده والدین با آگاهی دادن فرزندان خویش با آداب مهمانی، آنها را در طی مراحل کمال در زندگی خویش یاری می نمایند. پیغمبر فرمود: «هر که ایمان به خدا و روز جزا دارد باید مهمانش را گرامی دارد و مهمانی تا سه شبانه روز است و بالاترین صدقه است و بخشش تا یک شبانه روز و نشاید مهمان وارد بر قومی آنها را دلتگ کند تا آنها را بیرون کند یا بپرونsh کنند». امام صادق از قول پیغمبر فرمود: «برکت شتابان تر است به سوی کسی که اطعام می کند از کار به کوهان شتر». همچنین پیغمبر فرمود: «مهمان روزی خود را نزد میزبان آورد و چون خارج شود همه گناهانش را برد» (همان منبع).

۵- دوری از اسراف و تبذیر

از آنجایی که منابع مصرف در عالم کمیاب و استفاده بی رویه از آن سرمایه، مصرف میانه روانه را هم با مشکل مواجه و توازن میان منابع و مصرف را متزلزل می نماید، عقل و نقل حکم می کند در شیوه مصرف خود تجدید نظر نمائیم تا موازنۀ عقلی میان منابع و مصرف را ترسیم نماید (همان منبع).

اسراف به معنای افراط و تجاوز از حد در هر کاری است و تبذیر که به معنای پراکندن و بذر افسانی است، به کنایه برای ضایع کردن ثروت به کار رفته می شود. دو عمل یاد شده از نظر عرف و عقل و منطق، نکوهیده و محکومند و از دیدگاه شرع مقدس نیز به شدت مورد نکوهش قرار گرفته اند. منابع نعمت است و مصرف بی رویه از منابع کفران نعمت و ناسپاسی. اسراف نه تنها منابع را افزایش نمی دهد، بلکه آن را ضایع و نابود می سازد و از آن می کاهد. منابع هر کشوری سرمایه ملی آن کشور به حساب می آید. مدیریت صحیح بر منابع و مصرف ضامن حفظ سرمایه است و بی خیالی و بی تفاوتی نسبت به منابع و مصرف، بی تفاوتی نسبت به سرمایه ملی است. ای بسا بسیاری از بلایای طبیعی مثل قحطی و خشکسالی در جهان علاوه بر این که بخشی از آن به توزیع ناعادلانه و ظالمانه منابع و ثروت مربوط می باشد، بخشی هم مربوط به کفران و بی رویه استفاده کردن منابع در مصارف مسrafانه است (همان منبع).

منابع

۱. آجیلی، هادی و بیگی، مهدی، (۱۳۹۲)، کالبد شکافی سبک زندگی در جامعه سرمایه داری، *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی (ویژه نامه سبک زندگی اسلامی)*، سال چهارم، شماره ۱۳، صفحه ۸۱ - ۱۱۰.
۲. آرمند، محمدعلی و رسولی نژاد، سید پویا، (۱۳۹۴)، بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با نشاط اجتماعی و رضایت از زندگی شهر یزد، *مجموعه مقالات نخستین همایش ملی سبک زندگی، نظم و امنیت*، صفحه ۱ - ۱۹.
۳. آذرشیب، معصومه و میر مرادی، عیسی، (۱۳۹۳)، شاخصه های سبک زندگی اسلامی، *مجموعه مقالات اولین کنفرانس ملی تحقیق و توسعه در هزاره سوم دانشگاه آزاد اسلامی واحد علی آباد کتول*، صفحه ۱ - ۱۲.
۴. اباذری، یوسف و چاوشیان، حسن، (۱۳۸۱)، از طبقه اجتماعی تا سبک زندگی؛ (رویکردهای نوین در تحلیل جامعه شناختی هویت اجتماعی)، *نامه علوم اجتماعی*، شماره ۲۰، صفحه ۲۷-۳.
۵. استاجی، زهرا و همکاران، (۱۳۸۶)، بررسی سبک زندگی در ساکنین شهر سبزوار، *مجله دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی سبزوار*، دوره سیزدهم، شماره ۳، صفحه ۱۳۴ - ۱۳۹.
۶. اصمی اصطهباناتی، مریم و گروسی، سعیده، (۱۳۹۳)، سبک زندگی دینی و عوامل موثر بر آن در بین دانشجویان دانشگاه شهید باهنر کرمان، *مجله فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، سال چهارم، شماره ۴، صفحه ۵۱۵ - ۵۳۸.
۷. افشاری، سید علیرضا و دیگران، (۱۳۹۳)، بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت اجتماعی مردم شهر یزد، دو فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات اسلام و روان شناسی، سال هشتم، شماره ۱۴، صفحه ۸۳ - ۱۰۳.
۸. پورکریمی، اسلام، (۱۳۸۳)، اعتدال و میانه روی در اسلام، *ماهnamه شمیم یاس*، سال چهارم، شماره ۱۴، صفحه ۶ - ۸.
۹. جلائی پور، حمید رضا و محمدی، جمال، (۱۳۸۷)، *نظریه های متاخر جامعه شناسی*، تهران: نشر نی.
۱۰. چانی، دیوید، (۱۳۷۸)، *سبک زندگی*، ترجمه حسن چاوشیان، تهران، انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۱۱. خواجه نوری، بیژن و دیگران، (۱۳۹۰)، سبک زندگی و مدیریت بدن، *فصلنامه علمی پژوهشی جامعه شناسی زنان*، سال دوم، شماره ۴، صفحه ۲۱ - ۴۷.
۱۲. خوشنویس، ناهید، (۱۳۸۹)، *رسانه و سبک زندگی*، *ماهnamه علمی تخصصی انجمن روابط عمومی ایران*، شماره ۷۳، صفحه ۹ - ۱۷.
۱۳. ربانی خوراسگانی، رسول و رستگار، یاسر، (۱۳۸۷)، *جان، سبک زندگی و مصرفی*، *ماهnamه مهندسی فرهنگی*، سال سوم، شماره ۲۳ و ۲۴، صفحه ۴۴ - ۵۳.
۱۴. رجب نژاد، محمدرضا و دیگران، (۱۳۹۲)، بررسی سبک زندگی اسلامی از منظر حیات طیبه در قرآن (سبک زندگی با محوریت سلامت)، سال اول، شماره ۱، صفحه ۹ - ۲۶.
۱۵. رستمی، احسان و اردشیرزاده، مرجان، (۱۳۹۲)، نگاهی به نظریه های سبک زندگی، *فصلنامه مطالعات سبک زندگی*، سال دوم، شماره ۳، صفحه ۹ - ۳۱.
۱۶. رسولی، محمدرضا، (۱۳۸۳)، بررسی مولفه های سبک زندگی در تبلیغات تجاری تلویزیون، *فصلنامه علمی پژوهشی علوم اجتماعی*، سال دوم، شماره ۱، صفحه ۴۳ - ۹۴.
۱۷. زاکرمن، فیل، (۱۳۸۴)، درآمدی بر جامعه شناسی دین، *ترجمه خشایار دیهیمی*، تهران، انتشارات لوح فکر.
۱۸. سهراپی رنانی، مریم، (بی تا)، مولفه های سبک زندگی در اسلام، سایت: *rahebartar.ir*، آدرس کامل: <http://rahebartar.ir/article/show/380>، تاریخ درج مطلب در سایت: ندارد، تاریخ مشاهده مطلب: ۱۳۹۴/۹/۲.
۱۹. شریفی، احمد حسین، (۱۳۹۱)، سبک زندگی به عنوان شاخصی برای ارزیابی سطح ایمان، *مجله معرفت فرهنگی اجتماعی*، سال سوم، شماره ۳، صفحه ۴۹ - ۶۲.

۲۰. شوشتري زاده، شهناز، (۱۳۸۲)، بررسی تأثیر آموزش رفتارهای سلامتی بر تغییر روش زندگی مبتلايان به بیماری عروق کرونر قلب مراجعه کننده به بیمارستانهای منتخب شهر اصفهان در سال ۱۳۸۲، پایان نامه کارشناسی ارشد، اصفهان دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوارسگان.
۲۱. صفار هرندي، سجاد، (۱۳۸۹)، سبک زندگي چند سال دارد؟ (تاریخچه تولد مفهوم سبک زندگي در علوم اجتماعي)، سوره اندیشه، شماره ۴۶، صفحه ۶۰ - ۶۱.
۲۲. فاضلی، محمد، (۱۳۸۲)، مصرف و سبک زندگی، قم، انتشارات صبح صادق.
۲۳. فتحی، سروش و مختارپور، مهدی، (۱۳۹۳)، بررسی نقش و تأثیر رسانه هاي نوين تصويري در تغيير سبک زندگي (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران)، مجله مطالعات توسعه اجتماعي ایران، سال ششم، شماره ۲، صفحه ۱۰۱ - ۱۱۸.
۲۴. فيست، جس و فيست، گرگوري، (۱۳۹۴)، نظریه های شخصیت، ترجمه یحیی سید محمدی، تهران، نشر روان.
۲۵. فيضی، مجتبی، (۱۳۹۲)، درآمدی بر سبک زندگی اسلامی، ماهنامه علمی ترویجی معرفت، سال بیست و دوم، شماره ۱۸، صفحه ۲۷ - ۴۲.
۲۶. کاویانی، محمد، (۱۳۹۱)، سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، تهران، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۲۷. کاویانی، محمد، (۱۳۹۰)، کمی سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی، مجله روان شناسی دین، سال چهارم، شماره ۲، صفحه ۲۷ - ۴۱.
۲۸. کجباف، محمدباقر و دیگران، (۱۳۹۰)، رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان، مجله روان شناسی و دین، سال چهارم، شماره ۴، صفحه ۶۱ - ۷۴.
۲۹. گیدنر، آنتونی، (۱۳۸۵)، تجدد و تشخّص (جامعه و هویت شخصی در عصر جدید)، ترجمه ناصر موقیان، انتشارات نشر نی.
۳۰. گیدنر، آنتونی، (۱۳۷۷)، پیامدهای مدرنیت، ترجمه محسن ثلاثی، تهران، انتشارات نشر مرکز.
۳۱. گیدنر، آنتونی، (۱۳۸۳)، چشم اندازهای جهانی، ترجمه محمدرضا جلالی پور، تهران، انتشارات طرح نو.
۳۲. گیدنر، آنتونی، (۱۳۸۸)، جامعه شناسی، ترجمه منوچهر صبوری، تهران، انتشارات نشر نی.
۳۳. لطفی، کیوان، (۱۳۹۰)، بازنمایی الگوهای سبک زندگی در سریال های تلویزیونی، پایان نامه مقطع کارشناسی دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه تهران، به راهنمایی محمد مهدی زاده.
۳۴. مجدى، على اكابر و دیگران، (۱۳۸۹)، سبک زندگی جوانان ساکن شهر مشهد و رابطه آن با سرمایه فرهنگی و اقتصادي والدين، مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد، شماره ۲، صفحه ۱۳۱ - ۱۶۱.
۳۵. محمدی، افшин و بی بک آبادی، غزال، (۱۳۸۹)، بررسی مؤلفه های سبک زندگی و الگوی رفتار در فیلم های سینمائي پر فروش، نامه پژوهش فرهنگي، سال يازدهم، شماره ۱۱، صفحه ۹۷ - ۱۳۸.
۳۶. مهدوی کنى، محمد سعید، (۱۳۸۶)، مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعي، فصلنامه تحقیقات فرهنگي، سال اول، شماره ۱، صفحه ۱۹۹ - ۲۳۰.
۳۷. مهدوی کنى، محمد سعید، (۱۳۸۷) دین و سبک زندگی، تهران، انتشارات دانشگاه امام صادق (ع).
۳۸. نیازی، محسن و کارکنان نصر آبادی، محمد، (۱۳۹۲)، بررسی رابطه بین دینداری و سبک زندگی شهروندان (مطالعه موردي شهروندان شهرستان کاشان در سال ۱۳۹۰)، فصلنامه برنامه ریزی رفاه و توسعه اجتماعي، شماره ۱۶، صفحه ۱۷۳ - ۲۱۳.
39. Adler, A, (1956), The Individual Psychology of Alfred Adler, New York: Basic Books Inc.
40. Chaney, D, (1996), Life style, London, Routledge.

41. Machin, D & Leeuwen, T.V, (2005), Language style and lifestyle: The Case of a Global Magazine, *Media, culture & Society*, 27 (4): 577 – 600
42. Msn, Encarta Dic, www.Msn.com, (2004).
43. Nettleton, s, (1998), *Body in Everyday Life*, London and New York: Routledge.
44. Oxford Advanced Lerners Dic, (1987).
45. Sobel, M, (1981), *Lifestyle and social structure: Concepts, Definition and Analyses*, Academic Press.
46. Webster Online, Dic, (1996).
47. Webster Online, Dic, (2004).
48. Wilska, T, (2002), New Technology and Young Peoples consumer. *Indentitites: A Comparative, study Between Finland and Brazil*, 15; 343 – 352
49. Wolman, B, (1981), *Contemporary Theories & System in Psychology*, Plenum Press.

The components and Indicators of Islamic Lifestyle

Hossein Mazaheri¹, Jamshid Ebrahimpour Samani², Seyyed Daryush Rahimi³

1. Expert in cultural affairs of the Department of Culture and Islamic Guidance of the city of Saman

2. Faculty member of Payam Noor University, Shahrekord Branch

3. Faculty member of Payam Noor University, Ardal Branch

Abstract

One of the viewpoints having been expressed by the Supreme Leader in recent years to the youth is the issue of lifestyle, which he put forward in a meeting with the youth of the Northern Khorasan province in 2012, and considering the topic of the call for the conference, we have selected this topic as one of the topics related to the conference. The method used in this research is a documentary method. This paper has first dealt with various definitions of lifestyle and its related theories, followed then by lifestyle indicators and components of the Islamic lifestyle. The Islamic lifestyle components include ten components, namely the social component, religious component, belief in ontological concepts, ethics, economy, health, science, defense, and time consideration. The indicators are categorized into two individual and social dimensions. The individual indicators of Islamic lifestyle include God-centeredness and virtuousness, thinking, effort and endeavour, keeping one's body healthy, and patience and self-restraint, and the social indicators include effort, moderation, loyalty and adherence to the family, visiting relatives, and avoiding prodigality.

Keywords: lifestyle, Islamic lifestyle, components, indicators.
