

بنیادهای نظری سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم

محمد مهدی صفورایی پاریزی^۱

حلیمه اخلاقی^۲

چکیده

هدف این پژوهش، عبارت است از استخراج بنیادهای نظری سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم؛ سوال اصلی پژوهش این است که «سبک زندگی تجویزی قرآن، بر چه بنیادهایی بنا می شود و آن بنیادها، چگونه به یک مدل رفتاری امتداد می یابد؟» به منظور پاسخ گوئی به این سوال، با بهره گیری از روش توصیفی-تحلیلی به روش اسنادی در منابع قرآنی و بارویکرد تفسیری استنطاق از قرآن، بنیادهای نظری سبک زندگی مورد واکاوی واقع شده است. بعضی از دستاوردهای پژوهش عبارت است از اینکه مبانی سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم را می توان در چهار دسته: معرفت شناختی، هستی شناختی، انسان شناختی و ارزش شناختی مورد بررسی قرار داد؛ از بررسی مبانی هستی شناختی و انسان شناختی، «جهان بینی توحیدی» و از واکاوی مبانی ارزش شناختی، «چارچوب نظام ارزشی توحیدی» به دست آمد. با تبیین جهان بینی و نظام ارزشی توحیدی، «نگرش های سبک زندگی، جهت گرایش ها و استانداردهای انتخاب» شکل یافت که الگوهای رفتاری خاصی را شکل می دهد. در نهایت، رابطه بین مبانی و الگوهای رفتاری، در قالب یک مدل نمادین نمایش داده شد.

کلید واژگان: قرآن کریم، سبک زندگی، مبانی، شاکله، جهانی بینی، نظام ارزشی، الگوی رفتاری.

۱.۱ مقدمه

اقبال فزاینده به مفهوم سبک زندگی، ورود به مباحث مربوط به مولفه ها و ابعاد مختلف و بنیادهای نظری آن را ضرورتی انکارناپذیر کرده است. اگرچه تمایز و واگرایی سبک های زندگی را می توان در الگوهای رفتاری آن مورد تجزیه و تحلیل قرار داد، اما حقیقت امر آن است که خاستگاه تفاوت ها و تمایزها به امور بنیادی تری یعنی مبانی، ارزش ها، نگرش ها و ترجیحات باز می گردد و در الگوهای رفتاری بازتولید می شود. بدین روی سبک

^۱ . استادیار روان شناسی تربیتی، هیئت علمی جامعه المصطفی (ص) العالمیه، m_safurayi@miu.ac.ir

^۲ . دکتری تفسیر تطبیقی، جامعه المصطفی (ص) العالمیه، h.akhlaqi@yahoo.com

زندگی رویکردی هنجارگرایانه، رفتاری و معطوف به معنای زندگی، و بازتابنده باورها، ارزش‌ها و نگرش‌های افراد است.

اینکه سبک زندگی قرآنی از چه مولفه‌ها و بنیادهای نظری شکل یافته که در الگوهای رفتاری و هویت ایمان‌محور، متمایز و متفاوت از سبک زندگی مدرن ظهور می‌یابد، دغدغه‌ای است که رهپویان حقیقت و طالبان سبک زندگی مومنانه، در صدد پاسخ به آن بر آمده‌اند. از یک سو، به رغم نیاز جدی جامعه دینی و بشری به سبک زندگی که همه نیازهای مادی و معنوی انسان و سعادت دنیا و آخرت او را تامین کند و از سوی دیگر خلا پژوهشی درباره سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم، ورود به این مسئله را ضروری کرده است. اگرچه درباره مبانی و الگوهای رفتاری از دیدگاه قرآن کم‌وبیش می‌توان مقالاتی را یافت؛ اما هیچ یک به بررسی رابطه بین این دو نپرداخته و تبیین نکرده است و مدلی که نشانگر آن باشد که چگونه الگوهای رفتاری (سبک زندگی) ما تجلی باورها و ارزش‌ها و نگرش‌های ماست، ارائه نشده است.

اینکه سبک زندگی از چه مبانی برخوردار است و چگونه و در طی چه فرایندی در الگوهای رفتاری بازتولید شده و به نمایش گذاشته می‌شود؟ دغدغه‌ای است که مقاله حاضر در صدد پاسخ به آن است. مقاله پیش‌رو، مفهوم سبک زندگی را مورد واکاوی قرار می‌دهد و در ادامه مبانی سبک زندگی مورد تحلیل قرار داده و اشاره‌ای کوتاه به چارچوب الگوهای رفتاری داشته و در ادامه فرایندی که مبانی و پیش‌فرض‌ها در قالب الگوهای رفتاری بازتولید می‌شود، به عنوان بنیادهای نظری سبک زندگی مورد بحث قرار می‌گیرد.

۱.۲ سبک زندگی

سبک زندگی مفهومی است که پژوهشگران حوزه‌ی جامعه‌شناسی و مطالعات فرهنگی، روانشناختی و دین‌پژوهی برای بیان پاره‌ای از واقعیت‌های فرهنگی جامعه آن را مطرح نموده و به کار می‌برند. در ادبیات جامعه‌شناسی از مفهوم سبک زندگی دوگونه مفهوم‌سازی متفاوت به عمل آمده است. یک بار، معرف ثروت و موقعیت اجتماعی افراد و بار دیگر شکل اجتماعی نوین که در متن تغییرات فرهنگی مدرنیته و رشد فرهنگ مصرف‌گرایی معنا می‌یابد (ابازری، چاوشیان، ۱۳۸۱: ص ۶). در نگاه روان‌شناسانه؛ آدلر در مورد آن آورده است: «مفهوم سبک زندگی، تجسم کامل کلیت و شخصیت بی‌همتا و فردی زندگی است که با احساس هم‌نوع‌جویی در کار، عشق (مهرورزی)، گرایش به هم‌نوع‌جویی تجلی می‌کند» (آدلر، ۱۳۷۰: ص ۷۳-۷۵)؛

بر اساس رویکرد دین‌شناسانه - که به آن بار ارزشی و تجویزی را می‌افزاید- سبک زندگی به این صورت تعریف شده است: "مجموعه‌ای از رفتارهای سازمان یافته که متأثر از باورها، ارزش‌ها و نگرش‌های پذیرفته شده، و همچنین متناسب با امیال و خواسته‌های فردی و وضعیت محیطی، وجهه غالب رفتاری یک فرد یا گروهی از افراد شده‌اند

(شریفی، ۱۳۹۱، ص ۵۲). در این نگاه، الگوهای رفتاری ظهور خارجی هویت و بازتابنده عقاید، باورها، ارزش‌ها و علایق فرد هستند. بنابراین براساس رویکرد دین‌شناسانه، سبک زندگی فقط یک سری رفتارهای الگومند نیست بلکه پیوند عمیقی با لایه‌های زیرین آن؛ باورها، ارزش‌ها، انگیزه‌ها (نیت و هدف)، نگرش‌ها و گرایش‌های برخاسته از جهان‌بینی، نظام ارزشی و سلیقه‌های مبتنی بر الگوی زندگی سعادت‌مند شکل یافته و بیانگر هویت متمایز دینی فرد است (کاوایی، ۱۳۹۱).

۱.۳ مبانی سبک زندگی

آن چیزی که باعث تفاوت بنیادین سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم از دیگر سبک‌های زندگی می‌شود، مبانی و پیش‌فرض‌های آن یعنی باورها، ارزش‌ها، نگرش‌ها، گرایش‌ها (ترجیحات) و سلیقه‌های برخاسته از آن است؛ چرا که مبانی سبک زندگی، نشان‌دهنده رابطه دیدگاه و تفکر انسان با رفتارها و کنش‌های او است. سبک زندگی بازتاب نوعی تفکر خاص نسبت به خود، دیگران و جهان می‌باشد که در مقام عالم عینی تجلی کرده است. مبانی سبک زندگی را می‌توان در مبانی هستی‌شناختی، انسان‌شناختی، ارزش‌شناختی و معرفت‌شناختی مورد بررسی قرار داد.

۱.۳.۱ مبانی معرفت‌شناختی

مبانی معرفت‌شناختی تأثیری عمیق بر سبک زندگی دارد و به کلی چارچوب، استانداردها، دامنه ترجیحات و گرایش‌ها و عادت‌واره‌های آن را تحول می‌بخشد. انسان نه تنها امکان شناخت عالم خارج از ذهن را دارد بلکه امکان و وقوع شناخت یقینی را دارد. قرآن کریم در داستان عزیز نبی، او را به اطرافش توجه می‌دهد که در سایه آن به یک شناخت بالایی از عظمت و قدرت خداوند نائل آید (بقره/۲۵۹) و به شرایط محیطی در هنگام انجام کارها توجه می‌دهد (نمل/۲۸ و ۳۳). در موارد فراوان، انسان را به کسب یقین فرامی‌خواند: «او آیات خویش را برای شما بر می‌شمرد (و ریزه کاری‌های آنها را شرح می‌دهد) تا به لقای پروردگار یقین کنید»^۳. بنابراین مبنا، انسان با تعقل و تفکر در شناخت‌هایی که از شرایط محیطی به دست می‌آورد، امکان انتخاب‌های درست و سعادت‌ساز را برای خود امکان‌پذیر می‌کند چرا که طرز تفکری که شخص در مسئله‌ای پیدا می‌کند، در زندگی عملی و روش اجتماعی و کیفیت برخورد و مقابله او با حوادث مؤثر است (مطهری، بی‌تا، ج ۱: ص ۳۶۸).

از دیدگاه قرآن، شناخت انسان منحصر به معرفت‌های عقل، حس و تجربه نیست (همچنان که در دنیای مدرن رایج است)؛ بلکه از منابع معرفتی انسان، معارف وحیانی و دینی است. خطوط کلی و اصول سه‌گانه

۳ - يُفَصِّلُ الْآيَاتِ لَعَلَّكُمْ بِلِقَاءِ رَبِّكُمْ تُوقِنُونَ (رعد/۲).

معارف دینی؛ مبدأشناسی، معادشناسی و رسالت‌شناسی است که مایه هدایت سالکان به صلاح دنیا و آخرت است (جوادی آملی، تسنیم، ج ۱: ص ۲۵۸). دین، لایه تفکر، احساسات و گرایش‌ها را با رفتارهای او پیوند زده و کل زندگی انسان را مدیریت می‌کند؛ بنابراین دین با حضور حداکثری، تمام ابعاد فردی و اجتماعی و همه سطوح معرفتی، نگرشی، گرایشی و رفتاری انسان را دربر می‌گیرد و هدایت او را برای وصول به رستگاری و زندگی متعالی و سعادت‌مند به عهده می‌گیرد. نتیجه پذیرش معارف دینی (ایمان) یا رد آن‌ها نتایج عمیقی در زندگی دنیوی و اخروی انسان دارد.

ابزارهای معرفت دینی عبارتند از: وحی، الهام، تحدیث، شهود، تجربه دینی، عقل، حس و مرجعیت (گروهی از نویسندگان، ۱۳۹۱: ص ۱۱۶). ابزارهای حسی و عقلی مانند مشاهده معجزات، تلاوت، شنیدن، تعقل و تدبر آیات، اثبات برخی مسائل اعتقادی و... در فهم بسیاری از آیات کاربرد دارد. بنیادین‌ترین معارف دینی از قبیل اثبات وجود خداوند، نبوت و معاد، به وسیله عقل امکان‌پذیر می‌شود. در حوزه معرفت دینی یافتن بی‌واسطه رابطه وجودی خود با خدای متعال و تجربه حالات مختلف درونی‌ای که در اثر توجه به این رابطه حاصل می‌شوند، همچون خوف و خشیت، رضا و تسلیم، توکل، صبر، محبت، اخبات، ذلت و عبودیت، که گاه «تجربه دینی» نامیده می‌شوند، با معرفت حضوری و شهودی اتفاق می‌افتند (گروهی از نویسندگان، ۱۳۹۱: ص ۱۱۶). وحی، الهام و تحدیث (سخن گفتن ملائکه با معصومان % و یا برخی اولیای الهی) از دیگر ابزارهای دریافت معارف دینی است (جوادی آملی، ۱۳۸۰، ج ۱، ص ۱۳۹).

۱.۳.۲ مبانی هستی‌شناختی

دیدگاه قرآن کریم به هستی متفاوت از آن‌نگاهی است که در دنیای مدرن رایج می‌باشد که به اختصار بیان می‌شود:

الف. هستی آفریده خداوند یگانه (توحیدمحوری): از دیدگاه قرآن کریم هستی و جهان آفریننده‌ای یگانه به نام خدا و الله (انبیاء/۲۲) دارد: که ویژگی آفریدگار هستی آن است^۴ که خداوند مبدأ و منشأ جهان و یگانه مالک، مدبّر و رب حقیقی هستی است (حمد/۲). از دیدگاه قرآن "هستی و جهان «یک قطبی» و «تک‌محوری» است به این معنا که جهان ماهیت «از اویی» و «به سوی اویی»^۵ دارد (مطهری، بی تا، ج ۲، ص ۸۵).

^۴ - إِنَّ رَبَّكَ هُوَ الْخَلَّاقُ الْعَلِيمُ (جحر/۸۶).

^۵ - (إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ) (بقره/۱۵۶).

او مجمع کمالات (اعراف/۱۸۰) و از هر نقصی منزّه و مبرّاست (حدید/۱) او جسم نیست و به چشم دیده نمی‌شود (انعام/۱۰۳). خداوند، تنها واجب الوجودی بی‌نیاز از همه مخلوقات است و در مقابل، تمامی مخلوقات وابسته و نیازمند اویند (فاطر/۱۵). خداوند امور همه هستی را تدبیر می‌کند (سجده/۵؛ یونس/۳؛ رعد/۲)، به همه چیز آگاه (شورا/۱۲) و بر همه چیز تواناست (حج/۶). همان بخشنده مهربانی که از هر نعمتی که انسان خواست که توان شمارش آن‌ها را ندارد، به او عطا کرد (ابراهیم/۳۴) و او از رگ گردن انسان به وی نزدیکتر است (ق/۱۶).

ب. **مادی و فرامادی بودن هستی:** ماورای عالم مُلک و مادی، عالم ملکوت و معنا قرار دارد. هستی ماهیت از اوایی و به سوی اوایی دارد که از بازگشت هستی به سوی خداوند به معاد یا آخرت تعبیر می‌شود. در واقع قرآن سخن از سیر عمودی پدیده‌های جهان و ارتباط آن از یک سو با مبدأ و از سوی دیگر با معاد دارد؛ یعنی از مبدأ فاعلی و مبدأ غایی سیر و تحول موجودات سخن می‌گوید (جوادی آملی، تفسیر تسنیم، ج ۱، ص ۴۷).

ج. **هدفمندی هستی:** آیات فراوانی درباره تکامل و هدفمندی جهان و انسان آمده است (زمر/ ۵؛ ص، ۲۷؛ حجر/ ۲۱-۲۲؛ عنکبوت/ ۲-۳؛ روم، ۸؛ قیامت/ ۳۶؛ جاثیه/ ۲۴-۲۶؛ یونس، ۵-۶؛ انبیاء، ۱۶؛ دخان، ۳۸). سیستم کلی جهان ماده دارای حرکت تدریجی همگانی به سوی خداوند هستند^۶. با توجه به اینکه «صیوروت» دگرگون گشتن و تغییر تدریجی است، اشیا در نهایت تغییرات تدریجی و حرکت خود به پیشگاه الهی باز می‌گردند. غایت و نهایت سیر آن‌ها خداوند است (هود/۱۲؛ نجم/۴۲).

د. **هماهنگی و نظام‌مندی هستی:** از نظر قرآن کریم، هستی، سیستمی است که همه "موجودات جهان با نظامی هماهنگ به یک «سو» و به طرف یک مرکز، تکامل می‌یابند (مطهری، بی‌تا، ج ۲، ص ۸۵). قرآن کریم می‌فرماید: ما همه چیز را با اندازه و قدر مشخص آفریده‌ایم و امر ما تنها یکی، آن هم به سرعت چشم گرداندن است^۷. معنای «نظام اسباب و مسببات» این است که هر معلولی علت خاص و هر علتی معلول مخصوص دارد.

ه. **حاکمیت سنت‌های الهی بر هستی:** نظام عالم براساس اسباب و مسببات برقرار است. اراده و مشیت الهی به صورت «سنت» یعنی به صورت قانون و اصل کلی، در جهان جریان دارد (مطهری، بی‌تا، ج ۲، ص ۸۷) که تغییر

^۶ - آلا إِلَى اللَّهِ تَصِيرُ الْأُمُور (شوری / ۵۳).

^۷ - إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ وَمَا أَمْرُنَا إِلَّا وَاحِدَةٌ كَلَمْحٍ بِالْبَصَرِ (قمر / ۴۹ - ۵۰).

ناپذیر است (فاطر/۴۳). کسی که نمی‌داند آیا این هستی قائم به ذات است یا وابسته به غیر؛ نمی‌تواند در مورد شئون این هستی و کمالات آن، قضاوت صحیحی داشته باشد؛ از سوی دیگر اگر به خدا معتقد نباشیم، نمی‌توانیم این فرض را که آیا انسان می‌تواند به خدا راهی داشته باشد و به او قُرب یابد یا خیر؛ مورد بررسی قرار دهیم. اصل دوم: شناخت زندگی نهایی انسان است. ما اگر بدانیم که زندگی، منحصر به همین زندگی مادی و دنیوی نیست و وسیعتر از آن است در ترجیح برخی لذات بر برخی دیگر، قضاوت درستی خواهیم داشت (مصباح یزدی، معارف قرآن، ص ۴۲۶ و ۴۲۷).

۱.۳.۳ مبانی انسان‌شناختی

شناخت انسان یکی از مهم‌ترین دانش‌های زیربنایی در سبک زندگی است. هرچه شناخت از انسان جامع‌تر، عمیق‌تر و دقیق‌تر باشد، برنامه‌ریزی و طراحی سبک زندگی از بن‌مایه‌های استوارتری برخوردار و به حقیقت انسانی نزدیکتر خواهد بود. به این مبانی به صورت گذرا اشاره می‌شود:

۱. **انسان آمیزه‌ای از روح و بدن:** انسان موجودی مرکب از روح و بدن، دو حیثیت در هم تنیده است. وجود جسم امری بدیهی به شمار می‌آید. مهم آن است که وجود روح به اثبات رسد. قرآن کریم درباره ابعاد وجودی انسان می‌فرماید: ما از پیش انسان را از چکیده و خلاصه‌ای از گل آفریدیم و سپس او را نطفه‌ای در قرارگاهی محفوظ کردیم و سپس نطفه را علقه و علقه را مضغه و مضغه را استخوان کردیم، پس آن استخوان را با گوشت پوشاندیم و در آخر او را خلقتی دیگر کردیم، پس آفرین به خدا که بهترین خالقان است^۸. در این جمله سیاق را از خلقت، به انشاء تغییر داده و فرموده: «ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ» دلالت بر بعد غیر مادی انسان دارد؛ آیات بسیاری که دلالت بر معاد، حشر، توفی، و ... دارد، همه مبتنی بر دوبعدی بودن انسان است. با این مبنا، اهداف، اصول، گستره، عوامل و موانع سبک زندگی معتقد به روح و جاودانگی آن، با دیگر سبک‌های زندگی تحول کلی می‌یابد.

۲. **تاثیرگذاری روح و بدن بر یکدیگر:** بدون تردید روح و بدن بر یکدیگر تأثیر متقابل دارد. قرآن کریم، یک قانون کلی و همگانی را بیان می‌کند و آن اینکه همراهی ایمان و عمل‌های صالح با هم سعادت انسان را به

^۸ - «وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ، ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَكِينٍ، ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً، فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظَامًا، فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا، ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ، فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ (مومنون/۱۲-۱۴).

ارمغان می آورد: «هر کس از مرد و زن که کار شایسته‌ای کنند و مؤمن باشند، بی‌گمان آنان را با زندگانی پاکیزه‌ای زنده می‌داریم».^۹

۳. **سیطره اختیار انسان بر عوامل محیطی:** مقصود از اختیار انسان، توانایی انتخاب یک گزینه از میان گزینه‌های پیش رو، پس از سنجش میان آن‌هاست، هرچند انتخاب یکی دشوارتر از دیگری باشد. قرآن بر انتخاب گری و آزادی و قدرت تصمیم‌گیری انسان تصریح و تأکید می‌نماید.^{۱۰}

۴. **اندیشه‌مندی انسان:** قرآن کریم سرشار از آیاتی است که انسان را به بهره‌گیری از این نعمت خدادادی برای کسب سبک زندگی عاقلانه تشویق می‌کند و انسان را در سبک زندگی کسانی که زندگی سعادت‌مندانانه‌ای نساخته‌اند، به اندیشیدن دعوت می‌کند (مومن/۲۱). نتیجه بهره‌گیری درست از عقل، خوشبختی و سعادت و استفاده نکردن از آن چیزی جز خسران به دنبال نخواهد داشت؛^{۱۱} افرادی که فکر نمی‌کنند، بدترین جنبدگانند؛^{۱۲}

۵. **کمال جویی انسان:** انسان همواره در پی دستیابی به کمال است. گرایش فطری کمال‌جویی منشا همه تلاش‌های بشر است. قرآن کریم برنامه‌تاهی بودن کمال‌گرایی انسان تأکید دارد «ای انسان! تو در راه پروردگارت تلاش می‌کنی و بالأخره او را دیدار خواهی کرد».^{۱۳} اما جنبه استکمالی عملی انسان در رفتارهای خاص، تحولات و فعلیت‌های نوین یعنی خدایی شدن در رفتارهای درونی و بیرونی است (طباطبایی، بی تا، ج ۱۷، ص ۱۹۶؛ پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، پیشین، ص ۱۵۳).

۶. **هدفمندی انسان:** انسان در همه کارها، رفتارهای خود هدفی را دنبال می‌کند. تفاوت انسان‌ها با یکدیگر، در نوع هدفی است که برای خود برمی‌گزینند (گروهی از نویسندگان، ۱۳۹۱: ص ۱۷۵) نه تنها زندگی انسان از اصل هدفمندی برخوردار است (قیامت/۳۶؛ مومنون/۱۱۵)؛ بلکه جهان هم برای او آفریده است (بقره/۲۹)؛ آل-عمران/۱۹۱).

^۹ - «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً (نحل/۹۷).

^{۱۰} - إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا (انسان/۳).

^{۱۱} - وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ (ملک/۱۰).

^{۱۲} - إِنَّ شَرَّ الدَّوَابِّ عِنْدَ اللَّهِ الصُّمُّ الْبُكْمُ الَّذِينَ لَا يَعْقِلُونَ (انفال/۲۲).

^{۱۳} - يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ (انشقاق/۶).

۷. **هویت فردی و جمعی انسان:** انسان، به دلیل نیازمندی یا کمال‌جویی و به لحاظ ساختار شخصیتی و فطری موجودی اجتماعی است (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۴: ص ۹۲) انسان دو وجه فردی و جمعی دارد. در بستر روابط اجتماعی بسیاری از دانش‌ها، مهارت‌ها، ملکات و عادت‌تواره‌ها را کسب می‌کند. او می‌تواند الگوساز و الگوپذیر باشد.

۸. **پیوستگی زندگی دنیوی و زندگی اخروی انسان:** انسان دارای دو مرحله از زندگی است این دو زندگی انسان با هم پیوستگی عمیق دارد. زندگی دنیوی انسان مقدمه زندگی اخروی او می‌باشد و چگونگی زندگی اخروی او نتیجه زندگی دنیایی او است. از آنجاکه زندگی دنیا زودگذر و موقتی است، زندگی حقیقی و جاودان زندگی اخروی می‌باشد که برای اهل ایمان و تقوا بهترین زندگی است.^{۱۴}

۹. **نیازمندی انسان به وحی برای رسیدن به کمال حقیقی انسان:** قرآن کریم، ارسال پیامبران و آوردن دین را برای جبران نارسایی ابزارهای عمومی معرفتی بشر بیان می‌کند: به فرستادگانی نوید بخش و بیم‌رسان وحی کردیم تا مردم بر ضد خدا دستاویزی نداشته باشند.^{۱۵}

۱.۳.۴ مبانی ارزش‌شناختی

سبک زندگی و مبانی ارزش‌شناختی آن، چنان دارای پیوندی عمیق و تنگاتنگ با یکدیگر می‌باشند که از نظر بسیاری از تئوری‌های پیشرفته ارزش و سبک زندگی را با هم در آمیخته‌اند و شناخت یکی از آن دو، بدون دیگری ممکن نیست. از این‌رو، سبک زندگی تقریباً، در قالب واژه‌هایی چون طرز فکرها و یا اعمال، تعریف و مفهوم سازی می‌شود. ارزش‌های نشأت گرفته از هر سبک زندگی و نهادینه شده در آن، برترین شاخص تمایز آن از دیگر سبک‌های زندگی است. در واقع تشخیص و تفاوت ماهوی هر نظام فکری و عقیدتی و رفتارهای الگویافته بر آن، وابسته به ظهور ارزش‌هایی است که از درون آن جوشیده و براساس آن، شکل یافته است و بر بالندگی، پویایی و اعتبار آن نظام و رفتارهای الگومند مبتنی بر آن دلالت دارد. در ادامه مهم‌ترین مبانی ارزش-شناختی سبک زندگی ارائه خواهد شد.

^{۱۴} - وَ مَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ وَ لَعِبٌ وَ إِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ (عنکبوت/ ۶۴) و (انعام/ ۳۲).

^{۱۵} - رُسُلًا مُّبَشِّرِينَ وَ مُنذِرِينَ لِنَاسٍ لِّئَلَّا يَكُونَ لِلنَّاسِ عَلَى اللَّهِ حُجَّةٌ بَعْدَ الرُّسُلِ (نساء/ ۱۶۵).

الف. ابتناء ارزش‌ها بر واقعیت‌ها (نتایج اعمال انسان): استناد ارزش‌ها را به واقعیت‌ها است نه بر تمایلات نفسانی و یا جعل عرف. پس هر رفتاری در نفس، سیر تکاملی و تکوین هویت فرد، اثر واقعی دارد بنابراین منشا ارزش برخاسته از واقعیت‌ها و تاثیر آن در تکوین و تکامل هویت انسانی واقعی است. ارزش‌ها (بایدها و نبایدهای ارزشی) بیانگر رابطه ضروری (ضرورت بالقیاس) خاصی است که برحسب علّیت و سببیت، بین عمل اختیاری فرد و نتیجه مترتب بر آن وجود دارد (آموزش و پرورش، ۱۳۹۱: ص ۸۹ و ۸۸). قرآن، نتیجه واقعی رفتارهای شایسته برخاسته از ایمان را، زنده شدن در حیات طیبه می‌داند.^{۱۶} "ارزش‌ها در علوم عملی با واقعیت‌های دیگر در هستی ارتباط می‌یابند و گزاره‌های حاوی خوب، بد، باید و نباید در این علوم، از گزاره‌های مناسب حاوی هست و نیست قابل استنتاج و اثبات هستند (مصباح یزدی، فلسفه اخلاق، ص ۱۱۸). روح رفتار اخلاقی همیشه تابع واقعیت است؛ اما شکل آن می‌تواند تابع قرارداد باشد (محمدتقی مصباح یزدی، ۱۳۷۵، ش ۱۷). بنابراین هر الگوی رفتاری در سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم، باید شایستگی و صلاحیت به کمال- رسانی انسان را داشته باشد که در قرآن از آن به اعمال صالح تعبیر می‌گردد.

ب. ارزشمندی حُسن فعلی و فاعلی هر عمل و رفتار: در نظام ارزشی توحیدی، در مقام التزام عملی به ارزش‌ها و اجتناب از ضد ارزش‌ها، هر رفتار اختیاری فرد اولاً باید فی حد نفسه عمل صالح باشد (یعنی به لحاظ انطباق محتوا و شکل انجام آن با نظام ارزشی توحیدی، شایستگی و شأنیت تکامل انسان را داشته باشد)؛ و ثانیاً بر مبادی مناسبی (نظیر آگاهی، ایمان و انگیزه صحیح) استوار باشد تا موجب کمال نفسانی گردد. به این بیان که: "حسن و قبح فعلی، یا خوبی و بدی اعمال، از نظر بعد اول بستگی به اثر خارجی آن عمل دارد؛ و حسن و قبح فاعلی یا خوبی و بدی از نظر بعد دوم بستگی به کیفیت صدور آن از فاعل دارد (مطهری، بی تا، ج ۱: ص ۲۹۶). این مبنا با جان انسان‌ها سرو کار دارد یعنی فقط به دنبال ظهور رفتارهای احسان‌گرایانه ناظر نیست (همان‌گونه که دنیای مدرن آن را اقتضا دارد)؛ بلکه شکل نیکو و صیوررت احسان‌گرایانه جان‌ها و رفتارها مطلوب است، هدف شکل‌گیری هویت و شاکله نیکو می‌باشد. رفتار و کنشی ارزشمند است که صرفاً برای تحصیل رضای خداوند انجام گیرد.^{۱۷} ریاکاری در هر عمل مستلزم نداشتن ایمان به خدا و روز جزا در آن عمل است (طباطبایی، پیشین، ج ۲، ص ۳۸۹). چیزی که باعث نهادینه شدن آن در رفتارها و اعمال درونی و بیرونی انسان می‌گردد ملکه تقوا است.

^{۱۶} - مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً (نحل/۹۷).

^{۱۷} - قُلْ إِنْ صَلَاتِي وَ نُسُكِي وَ مَخْيَايَ وَ مَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (انعام/۱۶۲).

۱.۳.۵ تحلیل مبانی سبک زندگی

انسان و ارتباط او با هستی و شناخت حقیقت وجودی انسان، از مهمترین محورهای سبک زندگی است. شناخت واقعیت هستی و ابعاد وجودی انسان و ارتباطهای او چارچوب سبک زندگی او را مشخص می‌کند؛ از بررسی مبانی ارزش‌شناختی به ایدئولوژی؛ بایدها و نبایدهایی و چارچوب نظام ارزشی سبک زندگی مؤمنانه رسیدیم که ارزش‌ها دارای اثر واقعی و حقیقی در ابعاد مختلف زندگی، هویت فردی و جمعی، سیر تکاملی و الگوهای رفتاری انسان است. ارزش‌ها معیار و ملاک رفتارهای الگومند در جهت تمایل و بازتاب ارزش‌ها است. به عبارت دیگر «ضوابطی کلی برای تعیین خط مشی زندگی است» (مصباح یزدی، بی‌تا: ص ۴۲۵). اسلام مکتبی است که انسان را به یک هدفی دعوت می‌کند و برای رسیدن به آن هدف راهی ارائه می‌دهد. ایدئولوژی می‌گوید: چگونه باید بود، چگونه باید زیست، چگونه باید شد، چگونه باید ساخت (از ماده سازندگی)، یعنی خود را چگونه باید بسازیم، طبق چه الگویی باید بسازیم، جامعه خودمان را چگونه باید بسازیم. ایدئولوژی به این امور پاسخ می‌دهد، می‌گوید: اینچنین باش، اینچنین زندگی کن، اینچنین بشو، اینچنین خود را بساز، اینچنین جامعه خود را بساز.

در تبیین منطقی اینکه چگونه ایدئولوژی از جهان بینی استنتاج می‌شود، اجمالاً می‌توان گفت: "مفاهیم ایدئولوژی به ضرورت بالقیاس (رابطه ضروری) باز می‌گردد. یعنی وقتی ما یک مطلوب فطری داریم که رسیدن به کمال است مقدمات آن ضرورت بالقیاس پیدا می‌کند، یعنی مقدمات؛ علل و اسباب پیدایش این نتیجه‌اند، پس وجود آن‌ها نسبت به وجود نتیجه، ضرورت بالقیاس دارد و «بایدها» از همین جا ناشی می‌شود: باید فلان کار را انجام داد چون برای نتیجه‌ی مطلوب، مقدمه است (مصباح یزدی، بی‌تا: ص ۴۲۶). خطوط کلی جهان بینی در قرآن که نقش اساسی در تعیین ایده‌ئولوژی دارد، سه محور است: الف. شناخت خدا؛ ب. شناخت معاد؛ ج. شناخت رابطه دنیا با آخرت و زندگی ابدی.

جهان‌بینی توحیدی بر همین سه اصل بنیان نهاده می‌شود. بایدها و نبایدهای زندگی برای تعیین استانداردها و دامنه ترجیحات و گرایش‌ها تعریف می‌شود و سپس ارزش‌ها بر همان محور در قالب رفتارها باز تولید می‌شود. در این جهان‌بینی، انسان موجودی فرامادی، سرشته شده با نیازها و گرایش‌های معنوی و هویت الهی و حیاتی به امتداد ابدیت بیان می‌شود. از این رو توحید هم پایه جهان‌بینی سبک زندگی انسان و هم آرمان و هدف زندگی او است. براساس چنین واقعیت‌هایی، نظام ارزشی توحیدی شکل یافت که در واقع ارزش‌های نمایانگر واقعیت‌ها و حقایق رفتارهای درونی و بیرونی است و از اثر واقعی آن‌ها در سبک زندگی حکایت دارد. هر رفتار شایسته‌ای که انسان را به کمال رساند، با قصد و انگیزه خدایی، مطلوب است که در آموزه‌های دینی در

بازه واجبات تا مباحات تعریف می‌شود و ارزش‌ها و ضد ارزش‌ها را به وجود می‌آورد. ایمان، عبودیت، ملکات نفسانی فاضله مانند تقوا و اعمال صالح از ارزش‌ها به شمار می‌روند. در ادامه به طور مختصر، خطوط اصلی جهان‌بینی و مهم‌ترین ارزش‌ها برخاسته از آن (ارزش‌های توحیدی) ارائه می‌گردد.

جدول ۵: خطوط و مولفه‌های جهان‌بینی سبک زندگی مؤمنانه

ردیف	خطوط کلی جهان‌بینی	خطوط فرعی جهان‌بینی سبک زندگی
۱	توحید	انسان موجودی دو بعدی با اصالت بعد روحی انسان دارای نیازها و گرایش‌های مادی و معنوی انسان دارای هویت الهی انسان دارای کمال بی‌نهایت و هدفمند توحید آرمان و هدف زندگی انسان خداوند ناظر اعمال هستی و انسان آفریده و تحت ربوبیت خداوند حاکم بودن قوانین و سنن الهی بر هستی
۲	معاد	نابود نشدن انسان با مرگ دنیا گذرگاه و محل آزمایش حساب و کتاب در قیامت منتها الیه سیر تکاملی انسان لقای خداوند در آخرت انسان دارای زندگی جاوید و ابدی
۳	رابطه دو جهان	زندگی اخروی انسان محصول و نتیجه زندگی دنیوی و پیوستگی آن دو (رابطه علی و معلولی این دو جهان)

جدول ۶: ارزش‌های سبک زندگی مؤمنانه

ردیف	ارزش‌ها	گزاره کلیدی
۱	ایمان	ایمان به خداوند، قیامت، پیامبران، کتب آسمانی و ائمه %
۲	اعمال صالح	الگوهای رفتاری مطلوب سبک زندگی با صلاحیت کمال‌زایی
۳	عبادت خداوند	بندگی خداوند عامل حضور خداوند در تمام ابعاد زندگی و تنها راه رسیدن انسان به زندگی سعادت‌مند ابدی است پس رفتارهای عبادی ارزشمندند.
۴	خودشناسی	شناخت حقیقت وجودی خود، ابعاد آن و کمال انسانی، مسیر را مشخص و به او کمک می‌کند که به کمال حقیقی و هدف نهایی دست یابد.
۵	تقوا	ملکه و منشی که انسان را در مسیر حق و کمال حفظ می‌کند و از غیر آن باز می‌دارد.

ردیف	ارزش‌ها	گزاره کلیدی
۶	نیت خالص و انگیزه الهی	نیت خالص در انجام افعال و رفتارها موجب تعالی رفتارها می‌گردد.
۷	تزکیه نفس	زدودن آلودگی‌های نفسانی (گناهان) و قرارگرفتن در مسیر بندگی و توسعه آن
۸	محبت الهی	محبت نسبت به خداوند، پیامبران، ائمه %، آموزه‌های دینی و نمادها و مظاهر الهی و پرهیز از به کارگیری نمادها و مظاهر شرک‌آلود و کفرآمیز (غیر خدایی)
۹	اطاعت الهی	اطاعت از خداوند، پیامبر اکرم 9، ائمه % و کتاب او
۱۰	تکلیف‌گرایی	مومن در برابر خدا، خود، دیگران و هستی تکلیف دارد.
۱۱	مسئولیت‌پذیری	انسان برای رسیدن به کمال و زندگی سعادت‌مند باید در تمام ابعاد زندگی و قلمروهای رفتاری مسئولیت‌پذیر و در آخرت پاسخگوی رفتارها باشد.
۱۲	پایبندی به آموزه‌های دینی	تنها راه رسیدن به کمال نهایی پایبندی به آموزه‌های دینی است.
۱۳	پرهیز از گناهان	پرهیز از گناهان فردی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و فرهنگی ارزشمند است.
۱۴	آخرت‌گرایی	توجه به نتیجه و بازتاب اخروی کارها و رفتارها
۱۵	حق‌مداری	رعایت حق خداوند، خود و دیگران.
۱۶	اعتدال	رعایت اعتدال در همه امور و ابعاد زندگی
۱۷	معنویت‌گرایی	تقدم امور معنوی بر امور مادی
۱۸	دیگرخواهی و ایثار	تقدم دیگران بر خواسته‌های خود، از خود گذشتگی را به ارمغان می‌آورد.
۱۹	لزوم تخلق به اخلاق فاضله	رشد انسان به واسطه کسب خلق و خویهای فاضله و تجلی آن‌ها در قلمروهای رفتاری امکان‌پذیر می‌شود.
۲۰	لزوم کار و تلاش	تلاش و کوشش برای کسب هویت فردی و جمعی و داشتن زندگی عزتمندانه.
۲۱	لزوم همبستگی و مؤانست با مومنان و نیکان	همگرایی و انس با مومنان موجب قرار گرفتن در مسیر قرب الهی و تسریع در سیر تکاملی و اقتدار جمعی می‌شود.
۲۲	عدالت	رعایت عدالت در همه ابعاد زندگی و قلمروهای رفتاری لازم است.
۲۳	احسان	نیکی به دیگران، نیکی به خود و عامل رشد و تعالی جامعه است.
۲۴	تعقل و کسب علم و معرفت	کسب علم، دانش، تعقل و تدبیر باعث رشد و تعالی افراد و جامعه است و مسیر کمال را فراهم می‌کند.
۲۵	اصلاح	اصلاح‌گرایی در تمام ابعاد زندگی و قلمروهای رفتاری ارزش دارد.
۲۷	اخوت	همه مؤمنانه را نسبت به یکدیگر حساس و همگرا می‌کند.
۲۸	امر به معروف و نهی از منکر	به خاطر تکلیف‌گرایی؛ عامل زنده ماندن آموزه‌های دینی و توجه افراد جامعه به سعادت همدیگر و رشد و تعالی جامعه.
۲۹	آزادگی	آزاد بودن از هواهای نفسانی و محیطی در ارتباط با خود و داشتن رفتارهای آزادمنشانه در ارتباط با دیگران.
۳۰	شکر‌گزاری	شکر نعمت‌های الهی و بهره‌گیری از آن‌ها در راه بندگی عبادت خداوند.

ردیف	ارزش‌ها	گزاره کلیدی
۳۱	توبه	عامل پیوند با خداوند مهربان و اصلاح رفتارها

ارزش‌های دیگری مانند عفت، شجاعت، حکمت، صداقت و راستی، نوع دوستی، خوش بینی به خداوند و هستی، امانت‌داری، وفای به عهد، رعایت اولویت‌ها در ارتباط با دیگران و... ارزش‌های هستند که چارچوب و بایدها و نبایدها زندگی و جهت‌گرایی انسان را مشخص می‌کند؛ با تبیین جهان‌بینی و نظام ارزشی سبک زندگی، چارچوب نگرش‌های آن معین گردید، جهت و سمت‌وسوی تمایلات و ترجیحات ترسیم شد.

۱.۴ الگوهای رفتاری

از مبانی مطرح شده، به دست آمد که نگاه قرآن کریم به الگوهای رفتاری، رویکرد هنجارمحور و تجویز‌گرایانه است. الگوهای رفتاری دارای استاندارد و چارچوب می‌باشد. در این نگاه هر الگوی رفتاری شایستگی قرب‌یابی و کمال‌رسانی انسان را ندارد. همه رفتارهای انسان بر محور کمال‌نهایی یعنی ایمان و قرب به خداوند معنا می‌یابد. مومن یگانه راه رسیدن به آن را عبودیت و بندگی خداوند می‌داند همان گونه که خداوند می‌فرماید: «و (دیگر) این که این راه راست من است از آن پیروی کنید و از راه‌ها (ی دیگر) پیروی نکنید که شما را از راه او پراکنده گرداند، این است آنچه شما را بدان سفارش کرده است باشد که پرهیزگاری ورزید.^{۱۸}» بر محور عبودیت، تمام الگوهای رفتاری انسان در همه گستره‌های ارتباطات او شکل می‌گیرد؛ پس چارچوب کلی ارتباط با خداوند، چگونگی ارتباط انسان با خود، دیگران و طبیعت را مشخص می‌کند و موجب شکل‌گیری و ظهور الگوهای رفتاری مانند عبادت، نماز، روزه، عدالت‌ورزی، مصرف بهینه، احسان به دیگران و... می‌شود که هویت متمایز مومن در سبک زندگی را به نمایش می‌گذارد.

۱.۵ رابطه مبانی و الگوهای رفتاری

رابطه بین مبانی و پیش‌فرض‌ها و رفتارها عبارت از رابطه متقابل بین بینش‌ها، ارزش‌ها، نگرش‌ها، گرایش‌ها و الگوهای رفتاری است. الگوهای رفتاری انسان بر مبانی نوع شناخت، نگرش و پیش‌فرض‌های او در زندگی بنیان نهاده می‌شود؛ همچنین الگوهای رفتاری باعث به وجود آمدن باورها، ارزش‌ها، نگرش‌ها، گرایش‌ها و عادت‌واره‌ها و سلیقه‌ها می‌گردد. بدین ترتیب دانش، طرز تفکر و نگاه فرد به جهان و آدم برای فرد جهان‌بینی

^{۱۸} - وَ أَنْ هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السَّبِيلَ فَتَفَرَّقَ بَيْنَكُمْ عَنْ سَبِيلِهِ ذَلِكُمْ وَصَّاكُمْ بِهِ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (انعام/۱۵۳).

و سپس شماری از نیازها، گرایش‌ها و اهداف مطابق آن نگاه را ایجاد می‌کند. آن نیازها، گرایش‌ها، اولویت‌ها در قالب نظام ارزشی خاصی تأمین می‌شود؛ سپس در همان راستا رفتارهای خاصی بازتاب پیدا می‌کند.

از آنجا که انسان مستعد و توانمند، از سه ساحت بینش، گرایش و توانایی بهره‌مند است، رفتارهای انسان طی یک فرایند تکراری، دانش، بینش و گرایش او را به نمایش می‌گذارد؛ به این ترتیب که فرد، نسبت به مسائل گوناگون، به شناخت و بینشی دست می‌یابد. پس تحول فرد از دانش آغاز شده و با نگرش ارزیابی گشته؛ عاطفه او را درگیر کرده و گرایش را در او به وجود آورده و سپس به رفتار منتهی می‌شود، (گروهی از نویسندگان، پیشین: ص ۳۲۶).

در ادامه این فرایند یعنی دانش و بینش ← نگرش (گرایش) ← رفتارها تبیین می‌شود.

بعد دانش و بینشی: امام علی (ع) درباره تاثیر بعد بینشی بر رفتار به کمیل می‌فرماید: «هیچ فعالیت نیست مگر آنکه تو در آن نیازمند شناخت هستی»^{۱۹}. همچنین ایشان می‌فرماید: «اساس ایمان، دانش است»^{۲۰}. پس رفتار متوقف بر بینش و دانش می‌باشد؛ زیرا فعل اختیاری، فعلی است که براساس خواست فاعل انجام می‌شود و بر گرایشی که به آن فعل و به هدفی که از انجام دادن آن فعل دارد، مبتنی است. از سوی دیگر، صدور چنین فعلی بدون شناخت فاعل، از خود فعل و از هدف فعل خویش ناممکن است (گروهی از نویسندگان، ۱۳۹۱: ص ۳۶۱).

بعد نگرشی و گرایشی: بینش‌ها یعنی شناخت‌ها، جهان‌بینی، ارزش‌ها طی یک فرایند، موجب شکل‌گیری نگرش‌ها و گرایش‌ها می‌شود؛ نگرش‌ها، عباراتی ارزیابی‌کننده -مطلوب یا نامطلوب- درباره اشیاء، مردم و یا رویدادها هستند که احساس ما نسبت به آن‌ها را بیان می‌کند (استیفن پی رابینز، پیشین، ص ۸۴-۸۵). پس نگرش یا گرایش ذهنی عبارت است از احساس موافق یا مخالفی که آدمی بنا به احساس و اندیشه اکتسابی پیشین خود نسبت به شخصی، شیء و یا امری نشان می‌دهد (محمد پارسا، ۱۳۷۴: ص ۱۸۶).

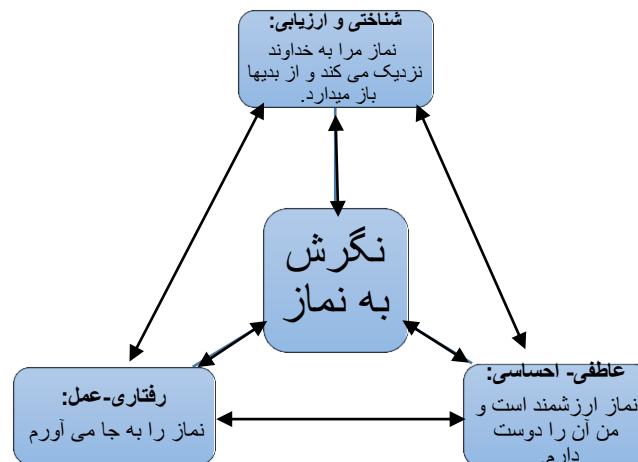
اجزاء نگرش: هر نگرش از سه عنصر باور (مؤلفه شناختی)، گرایش (مؤلفه عاطفی-ارزشی) و عمل (مؤلفه رفتاری) ساخته می‌شود (استیفن پی رابینز، ۱۳۸۹، ص ۸۴-۸۵).

^{۱۹} - یا كَمِيلٌ ما مِنْ حَرَكَةٍ إِلَّا وَ أَنْتَ مُحْتاجٌ فِيها إِلَى مَعْرِفَةٍ (حسن بن علی ابن شعبه الحرانی، تحف العقول عن آل الرسول □، ج ۱، ص ۱۷۲).

^{۲۰} - أَصْلُ الْإِيْمَانِ الْعِلْمُ (مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۳، ص ۵۷).

بررسی نگرش‌ها براساس سه عنصر سازنده یعنی شناخت، عاطفه و رفتار کمک می‌کند تا پیچیدگی آن و رابطه بالقوه‌ای که با رفتار دارد را درک کنیم. این عناصر با هم رابطه نزدیکی داشته و به‌ویژه شناخت و عاطفه از بسیاری جهات از یکدیگر قابل تمیز دادن نیست (استیفن پی رایبیز، ۱۳۸۹: ص ۸۴-۸۵)؛ به عنوان مثال اگر به مومن گفته شود که نماز مومن را به خداوند نزدیک و از بدی باز می‌دارد. تقریباً با شکل‌گیری این تفکر، احساسی نسبت به نماز در فرد به‌وجود می‌آید؛ از این‌رو شناخت و عاطفه در هم آمیخته‌اند. در شکل ذیل نگرش مومن درباره نماز به تصویر در آمده است. اینکه نماز مومن را به خداوند نزدیک و از بدی‌ها باز می‌دارد (شناخت). او را به نماز علاقمند می‌کند (عاطفی)؛ پس در صدد اقامه نماز برمی‌آید (رفتاری). تفکیک این عناصر در عمل، کار دشواری است.

اجزای نگرش به نماز



برای به ظهور رسیدن نگرش در رفتار، باید دو مشخصه نیرو و شدت (والانس) و درجه پیچیدگی (شدت) نگرش و رفتار را مورد بررسی قرار داد.

الف. والانس یا شدت و جهت: می‌توان یک نگرش را به صورت موافق یا مخالف با یک موضوع نگرشی در نظر گرفت؛ اما تنها یک جهت نگرش نسبت به موضوع کافی نیست. در بسیاری از موارد لازم است تا نیرومندی نگرش یعنی درجه موافقت و مخالفت آن دقیقاً مشخص شود. ترکیب نیرومندی و جهت نگرش، والانس خوانده می‌شود. این ویژگی در هر سه جزء نگرش صدق می‌کند. جزء احساسی و عاطفی ممکن است کاملاً مثبت باشد (مثلاً شخص نسبت به موضوع نگرش تمایل داشته باشد) و یا کاملاً منفی باشد (مثلاً شخص نسبت به موضوع نگرش تنفر ورزد). جزء آمادگی و رفتاری نیز می‌تواند در جهت موافق یا مخالف باشد، ممکن است کسی آمادگی داشته باشد تا یک موضوع نگرش از هیچ حمایت و حفاظتی دریغ نکند و یا در جهت مخالف آمادگی کامل داشته تا آنجا که حاضر به نابودی آن باشد (رضایی، سلیمی، ۱۳۸۳: ص ۹۴-۹۵).

ب. درجه پیچیدگی (تکثر): اجزای نگرش از نظر درجه پیچیدگی نیز می‌توانند متغیر باشد. منظور از درجه پیچیدگی در عنصر شناخت نگرش این است که آیا این شناخت محدود و ساده است و یا جامع و گسترده؟ همین نکته در مورد جزء احساسی یا عاطفی نیز صادق است. اگر احساس‌ها و هیجان‌های مختلف و متعددی نسبت به موضوع نگرش داشته باشیم، گفته می‌شود که درجه پیچیدگی احساس ما نسبت به آن موضوع زیاد یا متکثر است؛ ولی اگر احساس واحدی نسبت به آن موضوع داشته باشیم، درجه پیچیدگی احساس ما کم است. آمادگی برای عمل نیز می‌تواند دارای درجه پیچیدگی کم یا زیاد باشد. کسی که آماده است تا یک موضوع نگرشی را قبول یا رد کند، آمادگی او برای عمل از نظر درجه پیچیدگی محدود یا دارای تکثر کم است (رضایی، سلیمی، ۱۳۸۳: ص ۹۵). جدیدترین تحقیقات نشان داده که نگرش‌ها را می‌توان برای پیش‌بینی رفتارهای آینده به‌کار گرفت و برخی متغیرهای تعدیل‌کننده می‌توانند این رابطه را تقویت کنند (استیفن پی رابینز، ۱۳۸۹: ص ۸۷).

قرآن، پس از ارائه شماری از معارف، انسان را به تفکر و تدبر درباره هستی و انسان فرامی‌خواند تا باورهای توحیدی و ایمانی در او شکل گیرد. به او ایدئولوژی و نظام ارزشی می‌دهد تا نگرش او قوی پایه‌ریزی شود. پس نگرش‌ها و گرایش‌های مومن با محبت خداوند آمیخته می‌شود: «کسانی که ایمان آورده‌اند، به خدا محبت بیشتری دارند»^{۲۱}.

بعد رفتاری: به دنبال گرایش‌های توحیدی رفتارهای خاص هم‌راستا با آن در انسان تکوین می‌یابد: «و (مومنین) بر روی زمین می‌افتند و می‌گیرند و بر فروتنی آن‌ها می‌افزاید»^{۲۲} رابطه بین مبانی و پیش‌فرض‌ها و الگوی رفتاری از لحاظ علمی به اثبات رسیده است؛ رفتار افراد معلول نگرش است و نگرش نیز مسبوق به دانش اولیه می‌باشد. قرآن کریم، رفتارهای انسان را زاده و برخاسته از خلق و خواها، شاکله و هویت او بیان می‌کند: «بگو: هر کس بر حسب ساختار [روانی و بدنی] خود عمل می‌کند»^{۲۳}.

در نهایت برای جمع‌بندی و نتیجه‌گیری از تبیین رابطه بین مبانی و الگوهای رفتاری که همان مولفه‌ها و بنیادهای نظری سبک زندگی از دیدگاه قرآن کریم است، مدل ذیل ارائه می‌گردد. این مدل همان فرایندی است که در طی یافته‌های پژوهش به-دست آمد.

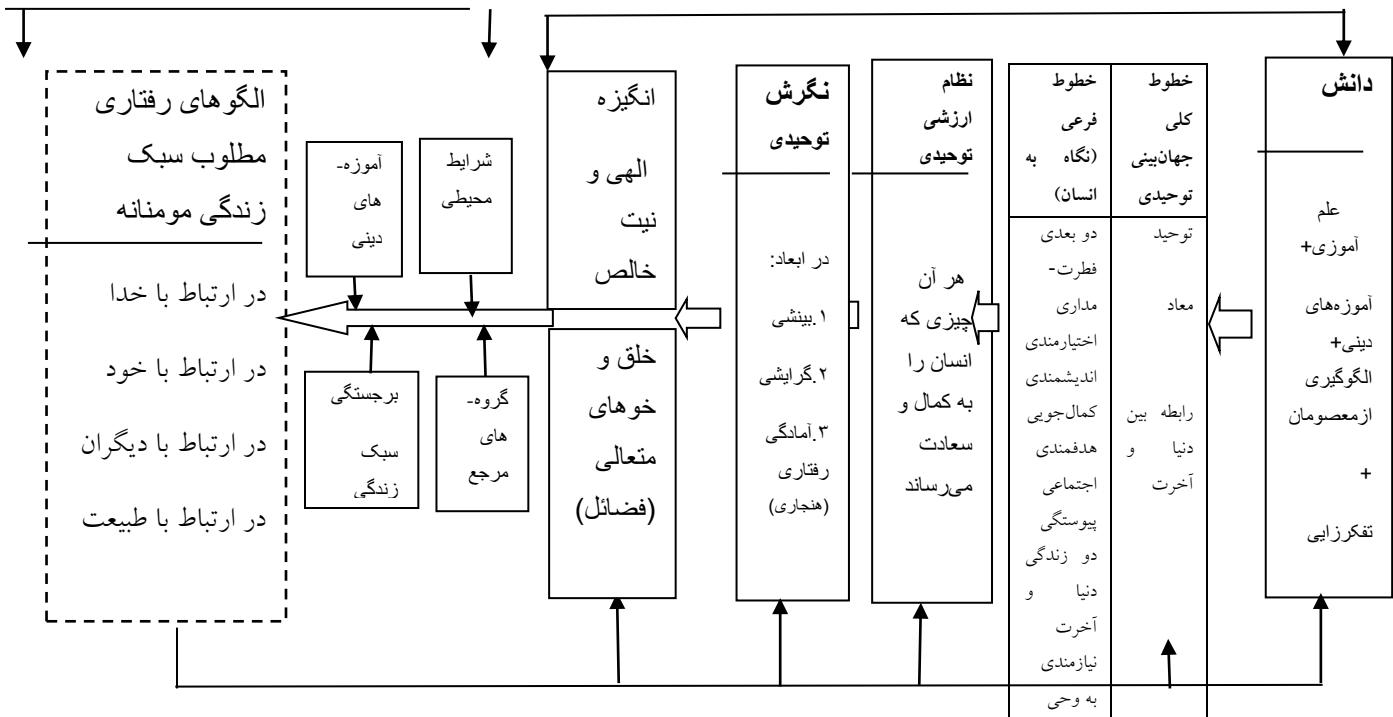
۲۱ - وَ الَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ (بقره/۱۶۵).

۲۲ - وَ يَخْرُونَ لِلْأَذْقَانِ يَبْكُونَ وَ يَزِيدُهُمْ خُشُوعًا (اسراء/۱۰۹).

۲۳ - قُلْ كُلُّ يَعْمَلُ عَلَى شَاكِلَتِهِ (اسراء/۸۴).

لایه‌های روئین سبک زندگی

لایه‌های محتوایی و زیرین سبک زندگی



این مدل تبیین‌کننده آن است که؛

۱. انسان موجودی آمیخته از دو بعد مادی و معنوی است؛ از این رو از یک سو دارای امیال، غرایز، نیازها

و

گرایش‌های مادی و حیوانی می‌باشد که او را به سمت مادیات و خواهش‌های نفسانی می‌کشاند و از سوی دیگر دارای گرایش‌های فرامادی است که وی را به گرایش‌ها، فضایل انسانی و متعالی، معرفت‌ها و شهودهای فرامادی فرامی‌خواند. آن چیزی که انسان را جهت‌دهی و مدیریت می‌کند، شناخت‌ها، دانش‌ها و تفکرهای او است. مهارت‌های تعقل‌گرایی و تفکرزایی، آن چیزی است که آن‌ها را توسعه و تعمیق می‌دهد.

۲. **جهان‌بینی توحیدی**: براساس اطلاعات و دانش به دست آمده از آموزه‌های وحیانی و پس از واکاوی

مبانی هستی‌شناختی (که شناخت حقیقت و واقعیت هستی از دیدگاه وحی است) جهان‌بینی توحیدی با سه محور توحید، معاد و رابطه این دو جهان دنیا و آخرت شکل یافت؛ با دستیابی به جهان‌بینی توحیدی، نگرش‌های مؤمنانه، ایمان و باورهای خداپرستی در جان فرد خلق می‌گردد. عواطف و احساسات مومن مثل محبت،

خوف، خشیت و رجا نسبت به خدا با توانایی تفکر و تعقل او همراه می‌شود. از این رو قرآن کریم درباره مومنان می‌فرماید: «کسانی که ایمان به خدا آورده‌اند عشق و علاقه بیشتری به او دارند»^{۲۴}.

این جهان‌بینی تبیین‌کننده گرایش‌های اصیل انسانی است به این بیانکه؛ از گرایش‌های اصیل وجود انسان، گرایش به کمال است. کمال‌جویی او حد توقف ندارد و بی‌نهایت طلب می‌باشد. دارای مراتب مختلفی از کمال است. فطرت خداجویی و سرشت جان یافته از نفخه الهی، انسان را به سوی کمال حقیقی و بی‌نهایت سوق می‌دهد. در نتیجه به انسان ماهیت و هویت «از او بی» و «به سوی او بی» می‌دهد. کمال حقیقی او در بعد نظری دید خدایی و مرآتی یافتن و در بعد رفتاری، تخلق به اخلاق فاضله و الهی و رفتارهای خداگونه در بعد فردی و اجتماعی می‌باشد؛ به عبارتی در نظر و رفتار خدایی شدن است. همان کمالی که او را به منبع فیض الهی یعنی قرب خداوند وصل می‌کند و مظهر او می‌شود. راه رسیدن به این مقام عبودیت و بندگی خداوند است؛ بنابراین برای شکوفایی بُعد انسانی و معنوی خود و داشتن زندگی سعادت‌مند ابدی نیازمند آموزه‌های دینی و جهان‌بینی توحیدی است که در او ایمان و باور به خداوند و قیامت را می‌آفریند و برای انسان زندگی به امتداد ابدیت را ترسیم می‌نماید.

۳. نظام ارزشی توحیدی: بر محور واقعیت‌ها و حقایق به دست آمده از جهان‌بینی توحیدی، نظام ارزشی و ایدئولوژی توحیدی ایجاد می‌گردد و بایدها و نبایدها و استانداردهای لازم تدوین می‌یابد. در این نظام ارزشی، انسان با انگیزه‌ها و نیت الهی و نهادینه کردن خلق‌و‌خوهای متعالی، رفتارهای شایسته را به نمایش گذارد؛ همان اعمال صالحی که ارزشمندند و شایستگی قرب‌یابی به درگاه خداوند را دارند. با تعریف ارزش‌ها، انسان باید یکسری از رفتارها و دانش‌ها را کسب کند و از یکسری از آن‌ها پرهیز نماید. پس او تکلیف محور و وظیفه‌شناس می‌شود. این رفتارها و هنجارها همان رفتارهای عبودیتی‌اند که شماری از آن‌ها انسان را مستقیم به کمال می‌رساند و شماری دیگر رفتارهای شایسته‌ای است که او را با نیت اخلاص یاری می‌رساند.

۲. نگرش‌های توحیدی: بعد از تعریف نظام ارزشی توحیدی و شناسایی ارزش‌ها، مرحله نهادینه شدن آن در جان و روان انسان با شکل‌گیری نگرش است. فرد با شناختی که به دست آورده، آن‌ها را ارزیابی می‌کند؛ اگر این ارزیابی مثبت باشد و در فرد احساس و گرایش به انجام رفتارهایی متناسب با شناخت‌ها را ایجاد کند، آمادگی به عمل هم در او ایجاد می‌شود. از این رو گفته‌اند: «اگر افعال الهی که جلوه‌هایی از صفات الهی هستند، در صورتی که مورد شناخت و ادراک انسان قرار گیرند، آثار ویژه‌ای در دل و روان و سپس در عمل و رفتار

^{۲۴} - وَ الَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ (بقره/۱۶۵).

وی پدید می‌آورند...» (مصباح یزدی، ۱۳۹۱، ج ۱: ص ۳۳۳). برای تغییر نگرش و ایجاد نگرش مثبت و منفی، از عوامل مختلف و متغیرهای تعدیل‌کننده می‌توان بهره برد.

۳. **اخلاص و فضائل اخلاقی:** انجام رفتارهای صالح با قصد اخلاص، شایستگی قرب‌یابی را ایجاد می‌کند و حضور خداوند را در رفتارهای مومن پر رنگ می‌نماید. با انجام رفتارهای صالح برخاسته از ایمان است که بسیاری از فضایل و ملکات شایسته در فرد نهادینه می‌شود. از جمله فضایل شایسته، ملکه تقوا است که مومن را از هر کاری که از مسیر بندگی و کمال باز می‌دارد، محافظت می‌نماید و هر کاری که او را در این مسیر قرار می‌دهد، بر انجام آن فرامی‌خواند.

۴. **عوامل مداخله‌گر:** شکل‌گیری یا به ظهور نیامدن الگوهای رفتاری مطلوب برخاسته از نگرش، نظام ارزشی و جهان‌بینی توحیدی نیازمند سازوکارها و عوامل مداخله‌گر است. به خاطر اجتماعی بودن انسان، شرایط محیطی، میزان برجستگی سبک زندگی خاص (مانند سبک زندگی مومنانه) در زمان خاص، میزان الگوگیری از الگوهای رفتاری گروه‌های مرجع، میزان فراگیری و تاثیرپذیری از آموزه‌های دینی، در به نمایش درآمدن الگوهای رفتاری مطلوب تأثیرگذار است؛ بنابراین انگیزه‌های خدایی به کمک منش‌ها و ملکات فاضله، در الگوهای رفتاری مطلوب به یاری عوامل مداخله‌گر بازتولید می‌شود.

۵. **الگوهای رفتاری:** الگوهای رفتاری مطلوب سبک زندگی مومنانه حداقل در چهار ارتباط انسان با خدا، خود، دیگران و طبیعت بر محور عبودیت خداوند تعریف می‌شود که متمایز از دیگر سبک‌های زندگی است. این الگوهای رفتاری به عنوان قاعده و الگوی کلی رفتارهای انسانی است که او را به هدف نهایی یعنی قرب خداوند می‌رساند.

۶. **تاثیر الگوهای رفتاری بر دیگر بنیادهای سبک زندگی:** همان‌گونه که گذشت، رابطه بین مبانی (بینش،

نگرش و گرایش) و الگوهای رفتاری، رابطه‌ای معنادار، دوسویه و متقابل است. چگونگی انجام رفتارهای درونی و بیرونی انسان، بر ایجاد خلق‌وخوها و نیت‌ها، نگرش‌ها، نظام ارزشی، جهان‌بینی و تفکرات فرد تأثیر مثبت و یا منفی دارند و آن‌ها را در راستای سبک مؤمنانه تعمیق می‌بخشد و یا کم‌رنگ می‌نماید و یا نفی می‌کند. از دیدگاه قرآن کریم، رفتارها و اعمال انسان، در سیر درونی و شکل‌گیری قلب (چگونگی ادراک و معرفت) و روح او اثر مستقیم دارد؛ بدین‌رو می‌فرماید: «به خاطر آنچه می‌کرده‌اند، بر دل‌هایشان زنگار بسته

است»^{۲۵}. از این آیه شریفه سه نکته استفاده می‌شود: ۱. رفتارهای ناشایست نفس انسان را صورت می‌دهد؛ ۲. آن صورت مانع درک حق و حقیقت می‌شود؛ ۳. نفس آدمی به‌حسب طبع اولیش صفا و جلایی دارد که با داشتن آن حق را آن طور که هست درک می‌کند، و آن را از باطل، و نیز خیر را از شر تمیز می‌دهد (طباطبایی، ۱۴۱۷، ج ۲۰: ص ۲۳۴). بنابراین الگوهای رفتاری بر باورها و ارزش‌ها و نگرش‌های انسان تاثیر مستقیم دارد.

نتیجه‌گیری

این مقاله با رجوع به آیات قرآن کریم، مبانی و محور الگوهای رفتاری مطلوب سبک زندگی را شناسایی کرده است، سپس تلاش نمود که رابطه بین مبانی و الگوهای رفتاری را کشف کرده و در قالب ارائه مدل بنیادهای نظری سبک زندگی مومنانه تبیین نماید. از آنجا که هدف کشف رابطه بوده است، به توصیف و تبیین کامل مبانی و الگوهای رفتاری را نپرداخته تا در تبیین رابطه بنیادهای نظری آن دچار سردرگمی نشود. بر اساس آیات شریفه قرآن، رابطه تنگاتنگ، دو سویه و متقابل بین مبانی و الگوهای رفتاری برقرار است؛ زیرا نوع نگاه و جهان‌بینی، ارزش‌ها و نگرش‌ها موجب شکل‌گیری الگوهای رفتاری متناسب با خود می‌شود و همچنین الگوهای رفتاری، نوع نگاه و ارزش‌ها و نگرش‌های همراستا با خود را ایجاد می‌کند.

هر سبکی از زندگی دارای یک سری از مبانی و الگوهای رفتاری است که موجب تمایز آن از دیگر سبک‌های زندگی می‌شود. بر اساس هر مبنایی است که دامنه و چارچوب ترجیحات، نگرش‌ها و سلاقی تعریف می‌شود و موجب بروز و ظهور رفتارهای متناسب با آن می‌گردد. سبک زندگی دینی برخاسته از قرآن کریم، دارای جهان‌بینی توحیدی و ایدئولوژی خاص است که از واکاوی مبانی آن به دست آمد. آن چیزی که موجب بروز الگوهای رفتاری متناسب با آن می‌شود، نگرش و گرایش سامان یافته براساس آن جهان‌بینی و نظام ارزشی است. در صورتی نگرش‌های مثبت و هم راستا با آن‌ها شکل گیرد و درونی و شخصی شود، سلاقی و گرایش همان گونه سامان می‌یابد، در این صورت فرد رفتارهای متناسب را به ظهور می‌رساند و به یاری عادت‌واره‌ها و ملکات فاضله و نیت خالصانه الگوهای رفتاری عبودیتی یعنی سبک زندگی مومنانه، هویت مومن را به نمایش می‌گذارد. البته سبک زندگی مومنانه فقط به دنبال ظهور الگوهای رفتاری نیست؛ بلکه در پی شکل‌گیری هویت ایمانی و خدایی شدن مومن یعنی هدف شکل یافتن فرد براساس ایمان است. همچنین نقش عوامل مداخله‌گر در ظهور و شکل‌یابی سبک زندگی مومنانه تعیین‌کننده است.

^{۲۵} - بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ (مطففین/۱۴).

همچنین الگوهای رفتاری نیز در ایجاد جهان‌بینی، نظام ارزشی و نگرش‌های متناسب با خود از نقش اساسی برخوردار است و تاثیر شگرف در هویت ایمانی و سیر درونی و تکاملی انسان دارد. قرآن کریم، رفتارهای کافران را علت عدم فهم و درک حقایق توسط آنان، بیان می‌کند: «بلکه آنچه می‌کرده‌اند بر دل‌هاشان زنگار بسته است» (مطففین/۱۴). بنابراین رابطه دوسویه و متقابل بین مبانی و الگوهای رفتاری بر سبک زندگی حاکم است که مدل ارائه شده بنیادهای نظری سبک زندگی مومنانه از دیدگاه قرآن کریم تبیین‌کننده این رابطه است.

منابع

قرآن ترجمه اساتید فولادوند و گرمارودی

نهج البلاغه ترجمه دشتی

۱. آدلر، آلفرد (۱۳۷۰)، روان‌شناسی فردی، ترجمه حسن زمانی شرفشاهی، نگارش مهین بهرامی، انتشارات تصویر، دوم.
۲. آموزش و پرورش (۱۳۹۰)، مبانی نظری تحول بنیادین در نظام تعلیم و تربیت رسمی عمومی جمهوری اسلامی ایران، بی‌جا.
۳. ابازری، یوسف، چاوشیان، حسن (۱۳۸۱)، از طبقه اجتماعی تا سبک زندگی، رویکردهای نوین در تحلیل جامعه شناختی هویت اجتماعی، نامه علوم اجتماعی، شماره ۲۰.
۴. بوردیو، پیر (۱۳۸۸)، درسی درباره درس، تهران، نشرنی.
۵. پارسا، محمد (۱۳۷۴)، روان‌شناسی تربیتی، تهران، انتشارات سخن.
۶. پژوهشگاه حوزه و دانشگاه (۱۳۸۵)، انسان از دیدگاه اسلام، تهران، سمت، چ هفتم.
۷. جوادی آملی، عبدالله (۱۳۸۰)، تفسیر تسنیم، قم، اسراء.
۸. الحرائی، حسن بن علی ابن شعبه (۱۴۱۶ق = ۱۳۷۴)، تحف العقول عن آل الرسول ۹، قم، جماعه المدرسین فی الحوزه العلمیه قم، موسسه النشر الاسلامی.
۹. رابینز، پی استیفن، تیموتی، جاج (۱۳۸۹)، رفتار سازمانی، ترجمه مهدی زارع، تهران، نص.
۱۰. رضایی، جعفر، سلیمی، نگین (۱۳۸۳)، رابطه بین نگرش فرد نسبت به خود و نگرش فرد نسبت به دیگران، فصلنامه مدیریت صنعتی شماره ۶ پاییز.
۱۱. رهنمایی، سید احمد (۱۳۸۳)، درآمدی بر مبانی ارزشها، قم: مرکز انتشارات موسسه امام خمینی، اول.
۱۲. شریفی، احمد حسین (۱۳۹۱)، همیشه بهار: اخلاق و سبک زندگی اسلامی، قم، مرکز نشر معارف، اول.

۱۳. عروسی حویزی، عبد علی بن جمعه (۱۴۱۵)، تفسیر نور الثقلین، قم، انتشارات اسماعیلیان.
۱۴. طباطبایی، سید محمد حسین (۱۴۱۷)، المیزان فی تفسیر القرآن، قم؛ دفتر انتشارات اسلامی جامعه‌ی مدرسین حوزه علمیه قم.
۱۵. قرائتی، محسن (۱۳۸۳)، تفسیر نور، تهران، مرکز درس‌هایی از قرآن، یازدهم.
۱۶. کاویانی، محمد (۱۳۹۱)، سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، دوم.
۱۷. گروهی از نویسندگان، زیر نظر استاد مصباح یزدی (۱۳۹۱)، فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی، تهران، موسسه فرهنگی مدرسه برهان، اول.
۱۸. گیدنز، آنتونی (۱۳۸۵)، تجدد و تشخیص؛ جامعه و هویت شخصی در عصر جدید، ترجمه ناصر موفقیان، تهران: نشرنی.
۱۹. مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۳ق)، بحارالانوار، دار احیاء التراث العربی، بیروت.
۲۰. مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۷۷)، آموزش عقاید، مؤسسه انتشارات امیر کبیر. شرکت چاپ و نشر بین‌الملل.
۲۱. ----- (۱۳۷۵)، ارزش‌های اسلامی در مدیریت، مجله معرفت، ش ۱۷.
۲۲. ----- (۱۳۹۰)، انسان سازی در قرآن، قم: مؤسسه امام خمینی(ره)، سوم.
۲۳. ----- (۱۳۹۱)، اخلاق در قرآن اخلاق در قرآن، قم: مؤسسه امام خمینی(ره)، پنجم.
۲۴. ----- (بی تا)، مبانی و اصول تعلیم و تربیت، نرم افزار مشکلات.
۲۵. ----- (بی تا)، معارف قرآن، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره).
۲۶. مصباح، مجتبی (۱۳۸۰)، فلسفه اخلاق (سلسله دروس اندیشه‌های بنیادین اسلامی)، قم، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره)، هفتم.
۲۷. مطهری، مرتضی (بی تا)، مجموعه آثار، قم: صدرا.
۲۸. مهدوی کنی، محمدسعید (۱۳۸۷)، دین و سبک زندگی، تهران، دانشگاه امام صادق علیه السلام، سوم.