

سبک زندگی علوی

مؤلفین:

دکتر علی ایمان زاده

حاجه علی شفیعی پورمرجی

بیلا اکبریان مشیران



نشر معرنگی

بهار ۱۳۹۸

سرشناسه	:	ایمان زاده، علی، ۱۳۵۶-
عنوان و نام پدیدآور	:	سبک زندگی علوی / مؤلفین: علی ایمان زاده، محمدعلی شفیعی پورمرجی، لیلا اکبریان مشیران
مشخصات نشر	:	تبریز، عصرزندگی، ۱۳۹۸
مشخصات ظاهری	:	۲۱۲ ص
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۸۰۸۸-۹۲-۹
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا
موضوع	:	علی بن ابی طالب(ع)، ۲۳ قبل از هجرت، ۴۰ ق. نهج البلاغه — شیوه زندگی
موضوع	:	Ali ibn Abi-talib, Imam I. Nhjol – Balagheh -- Lifestyles
موضوع	:	علی بن ابی طالب(ع)، ۲۳ قبل از هجرت، ۴۰ ق. نهج البلاغه — نقد و تفسیر
موضوع	:	Ali ibn Abi-talib, Imam I. Nhjol – Balagheh – Criticism and interpretation
موضوع	:	شیوه زندگی — جنبه های مذهبی — اسلام
موضوع	:	Lifestyles -- Religious aspects -- Islam
شناسه افزوده	:	شفیعی پورمرجی، محمدعلی، ۱۳۴۹-
شناسه افزوده	:	اکبریان مشیران، لیلا، ۱۳۷۶-
شناسه افزوده	:	علی بن ابی طالب(ع)، امام اول، ۲۳ قبل از هجرت -- ۴۰ ق. نهج البلاغه، برگزیده
شناسه افزوده	:	Ali ibn Abi-talib, Imam I. Nhjol – Balagheh. Selections
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۸ الف ۹۵/ش ۳۸/۰۹ BP
رده بندی دیویی	:	۲۸۷/۹۵۱۵
شماره کتاب‌شناسی ملی	:	۵۶۱۴۰۰۵

عنوان: سبک زندگی علوی

مؤلفین: علی ایمان زاده، محمدعلی شفیعی پورمرجی، لیلا اکبریان

نوبت چاپ: یکم، ۱۳۹۸، ۱۰۰۰ نسخه

مونتاز و صفحه بندی: آذین چاپ: آذین ناشر: عصر زندگی

قیمت: ۳۲۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۸۸-۹۲-۹ (ISBN : 978- 600- 8088- 92- 9)

۰۹۱۰ ۴۹۷ ۸۰۶۳ / ۰۹۹ ۰۰۹۹ ۲۴۹۹

www.azbooks.ir

سایت:

فهرست مطالب

۱	پیشگفتار:
۹	فصل اول سبک زندگی
۱۱	۱-۱ تعریف سبک زندگی
۱۶	۲-۱ مؤلفه‌های سبک زندگی
۱۷	۳-۱ راه‌های رسیدن به سبک زندگی
۱۸	۴-۱ سبک زندگی اسلامی
۲۰	۵-۱ نهج البلاغه
۲۱	۶-۱ مشکلات پیش روی نهج البلاغه
۲۲	۷-۱ جنبه‌های ارزشی اسناد نهج البلاغه
۲۴	۸-۱ پژوهش‌های انجام شده
۲۴	۱-۸-۱ پژوهش‌های انجام شده در ایران
۳۳	۲-۸-۱ پژوهش‌های انجام شده در خارج از ایران
۳۷	فصل دوم: سبک زندگی علوی
۴۰	۱-۲ رابطه‌ی انسان با خدا
۴۱	۱-۲-۱ ذکر الهی (ارزش یاد خدا)
۴۴	۲-۱-۲ احترام گذاشتن به مرزها و حدود احکام الهی (شناخت واجبات و حدود الهی)
۴۶	۳-۱-۲ اختیار انسان و اوامر و نواهی الهی
۴۸	۴-۱-۲ اطمینان به وعده‌های الهی

۴۹	۵-۱-۲ امدادهای الهی در نیکوکاری و عدالت
۴۹	۶-۱-۲ امدادهای الهی و اصلاح فرد و جامعه
۵۰	۷-۱-۲ امید به رحمت الهی
۵۲	۸-۱-۲ تسلیم بودن در برابر خواسته‌ی الهی
۵۲	۹-۱-۲ تسلیم بودن در برابر فرمان الهی
۵۴	۱۰-۱-۲ توجه دادن به عفو و گذشت الهی
۵۴	۱۱-۱-۲ روش برخورد با نعمت‌های الهی (مسئولیت نعمت‌ها)
۵۶	۱۲-۱-۲ شناخت صفات الهی
۵۷	۱۳-۱-۲ اعتراف به عجز و تسلیم در برابر خدا
۵۸	۱۴-۱-۲ امیدواری به خدا
۵۹	۱۵-۱-۲ ترس از خدا
۶۲	۱۶-۱-۲ حفظ حرمت نام خدا
۶۲	۱۷-۱-۲ پناه بردن به خدا
۶۴	۱۸-۱-۲ توکل به خدا
۶۵	۱۹-۱-۲ استعانت از خدا در مشکلات اقتصادی
۶۷	۲۰-۱-۲ عبادت سپاس‌گذارانه
۶۸	۲۱-۱-۲ پرهیز از شرک در عبادت
۶۸	۲۲-۱-۲ کسب رضای الهی
۶۹	۲۳-۱-۲ آشنایی با فلسفه‌ی نماز و روزه و زکات
۷۰	۲۴-۱-۲ خشم در راه خدا
۷۱	۲۵-۱-۲ شکرگزاری

۷۳	۱-۲-۲۶ حقوق فردی و اجتماعی پروردگار (مسئولیت نعمت‌های الهی)
۷۴	۲-۲ رابطه‌ی انسان با خود
۷۵	۱-۲-۲ خوش بینی
۷۶	۲-۲-۲ عبرت آموزی
۷۹	۳-۲-۲ قناعت و خودکفایی
۸۳	۴-۲-۲ آراستگی ظاهر
۸۴	۵-۲-۲ ترک آزوها
۸۸	۶-۱-۲ علم و خویشتن داری
۹۲	۷-۲-۲ اخلاق پسندیده
۹۳	۸-۲-۲ تداوم در عمل
۹۴	۹-۲-۲ خویشتن داری
۹۵	۱۰-۲-۲ سحر خیزی و شب زند داری
۹۶	۱۱-۲-۲ سکوت
۹۷	۱۲-۲-۲ اعتدال و میانه روی
۹۸	۱۳-۲-۲ امیدواری
۱۰۱	۱۴-۲-۲ پرهیز از سخن بیهوده
۱۰۲	۱۵-۲-۲ عفت و پاکدامنی
۱۰۳	۱۶-۲-۲ پرهیز از خود بینی و خود پرستی
۱۰۸	۱۷-۲-۲ تربیت و خودسازی
۱۱۶	۱۸-۲-۲ پرهیز از خشونت و تند روی
۱۱۸	۱۹-۲-۲ تواضع و فروتنی

- ۱۲۰ ۲۰-۲-۲ توجه به عمر گذران
- ۱۲۲ ۲۱-۲-۲ توجه به گناهان خویش
- ۱۲۲ ۲۲-۲-۲ پرهیز از خنده مستانه
- ۱۲۳ ۲۳-۲-۲ پاکسازی قلب خویش
- ۱۲۳ ۲۴-۲-۲ راستگویی و صداقت
- ۱۲۴ ۲۵-۲-۲ چگونه زیستن
- ۱۲۶ ۲۶-۱-۲ مبارزه با خواهش‌های نفسانی
- ۱۲۸ ۷-۲-۲ کنترل و تربیت زبان
- ۱۳۱ ۲۸-۲-۲ عمل بالمائه
- ۱۳۳ ۲۹-۲-۲ پرهیز از شتم
- ۱۳۴ ۳۰-۲-۲ کم خوری
- ۱۳۵ ۳۱-۲-۲ آمادگی برای مرگ
- ۱۳۹ ۳-۲-۲ رابطه‌ی انسان با دیگران
- ۱۴۰ ۱-۳-۲ هم کفو بودن با مردم و استفاده از نیکی در تمام مردم
- ۱۴۸ ۲-۳-۲ نفی اجتماع‌گریزی
- ۱۴۹ ۳-۳-۲ رعایت اخلاق اجتماعی توانگری
- ۱۵۰ ۴-۳-۲ صله‌ی رحم
- ۱۵۴ ۵-۳-۲ حفظ روابط تهی‌دستان و توانگران
- ۱۵۵ ۶-۳-۲ عکس‌العمل صحیح در برابر ستایش‌ها
- ۱۵۶ ۷-۳-۲ نیکی به بازماندگان دیگران
- ۱۵۷ ۸-۳-۲ عفو جوانمردان

۱۵۸	۲-۳-۹ پرهیز از مواضع اتهام
۱۵۹	۲-۳-۱۰ همانند شدن با خوبان
۱۵۹	۲-۳-۱۱ دوستی با افراد خوب و اجتناب از دوستی با افراد ناپاب
۱۶۱	۲-۳-۱۲ پرهیز از تن به ذلت دادن
۱۶۱	۲-۳-۱۳ مشورت کردن با دیگران
۱۶۲	۲-۳-۱۴ حفظ آبرو
۱۶۳	۲-۳-۱۵ یکسنگ دانستن خود با دیگران
۱۶۴	۲-۳-۱۶ احترام به استاد
۱۶۵	۲-۳-۱۷ آشنایی با شیوهی صحیح برخورد با بدکاران و گنهکاران
۱۶۶	۲-۳-۱۸ سخاوت
۱۶۷	۲-۳-۱۹ رعایت حقوق همایگان
۱۶۷	۲-۳-۲۰ ضرورت قدردانی و تشکر از مرده
۱۶۹	۲-۴-۱ رابطه‌ی انسان با طبیعت
۱۷۰	۲-۴-۱ پرهیز از دنیا پرستی
۱۷۱	۲-۴-۲ بهره برداری صحیح از دنیا
۱۷۲	۲-۴-۳ شناخت خداوند به وسیله‌ی طبیعت
۱۷۷	۲-۴-۴ رعایت حال حیوانات
۱۷۹	۲-۴-۵ نگاه زیبایی شناختی به طبیعت
۱۸۱	فصل سوم:
۱۸۱	جمع‌بندی و نتیجه گیری
۱۹۵	منابع:

پیشگفتار

موضوع سبک زندگی در سال‌های اخیر در اکثر جوامع مورد توجه برخی از دانشمندان علوم اجتماعی، علوم تربیتی و روانشناسی قرار گرفته است. جامعه‌ی بشری به این نتیجه رسیده است که اگر بتواند تغییراتی را در زندگی افراد به وجود آورد، زمینه‌ی اساسی و مهمی برای اصلاح امور کل جامعه فراهم می‌گردد. لذا دانشمندان تصمیم گرفتند که با تکیه بر علوم اجتماعی، شیوه‌ای برای مناسب سازی و سامان کردن زندگی افراد ارائه دهند. از این رو سبک‌های مختلفی از زندگی در هر جامعه متناسب با شرایط و جو حاکم بر آن جامعه مطرح شده است.

بیشتر مطالعات سبک زندگی در دنیای غرب انجام شده است و به دلیل اینکه بی تفاوتی نسبت به دین و دینداری در غرب بیشتر گسترش یافته است، پژوهشگران کمتری به دنبال رابطه‌ی بین دین و دینداری با سبک زندگی بوده‌اند؛ البته این نظریه را باید با دیدی انتقادی نگریست و این چنین پیش فرضی بر مطالعات سبک زندگی تأثیر گذاشته است؛ اما اگر مطالعات را بر اساس چهارچوب‌هایی که ارزش‌ها را سازنده‌ی سبک زندگی می‌دانند، بشناسیم، آنگاه می‌توان نقش ارزش‌های متافیزیکی را در سبک زندگی جدی‌تر بیان کرد (فاضل، ۱۳۸۲).

اسلام به دنبال ارائه‌ی سبکی از زندگی است که هم سعادت و آسایش دنیوی و هم سعادت اخروی را تأمین نماید، زیرا بر این عقیده است که دنیا محلی است برای فراهم کردن توشه‌ی آخرت و هر شخصی روزی این دنیا را ترک می‌کند و به سرای ابدی خواهد شتافت. از این رو سبکی که شخص برای زندگی خود انتخاب می‌کند باید علاوه بر سعادت دنیوی، سعادت اخروی هم به دنبال

داشته باشد. دین امری است که می‌تواند ما را در این مهم یاری کند و روش و سبکی را برای زندگی بیان کند که ما را به هدف خود برساند. اسلام دینی کامل است که تمام ابعاد زندگی انسان را در بر می‌گیرد و برنامه‌ای کامل در اختیار انسان قرار می‌دهد که می‌تواند هم سعادت دنیوی و هم سعادت اخروی را به دنبال داشته باشد. حال باید در دین اسلام به دنبال سبکی از زندگی باشیم که آن را سرلوحه‌ی زندگی خود قرار دهیم. حضرت علی (ع) به عنوان امام شیعیان و یک شخص معصوم و به عنوان نزدیک‌ترین فرد به پیامبر اسلام می‌تواند بهترین الگو برای هر شخصی باشد و سبک زندگی آن امام بزرگوار به عنوان کامل‌ترین سبک زندگی اسلام می‌باشد.

از طرف دیگر سبک زندگی، ارزش‌هایی است که افراد یک جامعه برای زندگی و تعامل اجتماعی خود بر می‌گزینند. به بیان دیگر رویکردهای عادت و آراء ای آحاد جامعه در ابعاد مختلف فردی و اجتماعی زندگی است که به شکل رفتارهای پایدار و نیمه پایدار ظهور پیدا می‌کند. ابعاد سبک زندگی تابع ابعاد زندگی فردی و اجتماعی انسانها است و در همه‌ی این ابعاد روش‌ها و شیوه‌هایی مورد توافق و پذیرش آحاد جامعه قرار می‌گیرد و به مرور زمان به‌آینده می‌رسد، به هنجار و آیین زندگی تبدیل می‌شود (قطبی جشقانی، ۱۳۹۱). غفلت از مسائل دینی سبک زندگی می‌تواند خسارت‌های جبران ناپذیری بر پیکره‌ی جامعه وارد کند. وقتی مردم نتوانند میان شیوه زندگی خود و باورها و ارزش‌هایشان ارتباط برقرار نمایند، بعد از مدتی ممکن است دست از باورها و ارزش‌های خود نیز بشویند و آنها را ناکارآمد تلقی کنند (شریفی، ۱۳۹۱).

سبک زندگی در حوزه‌ی مطالعات فرهنگی به مجموعه رفتارها و الگوهای کنش هر فرد که معطوف به ابعاد هنجاری و معنایی زندگی اجتماعی باشد، اطلاق می‌شود. طبیعی است که بر اساس چنین رویکردی، سبک زندگی علاوه بر این که دلالت بر ماهیت و محتوای خاص تعاملات و کنش‌های اشخاص در هر جامعه دارد و مبین اغراض، نیت، معانی و تفاسیر فرد در جریان عمل روزمره است، نشان دهنده‌ی کم و کیف نظام باورها و ارزش‌های افراد نیز خواهد بود (فاضل قانع، ۱۳۹۲).

سبک زندگی معیار قضاوت در مورد افراد و نقشه‌ی راه زندگی است. این واژه مطابق با فرهنگ اسلامی (البته با لحاظ برخی تفاوت‌ها) به معنای «سیره» و «الگو» می‌باشد. در سبک زندگی اسلامی به تمامی نیازهای بشری اعم از مادی و معنوی توجه شده است. هماهنگی با نیازها معیار خوبی برای ارزیابی سبک‌های مختلف زندگی است. در تعالیم اسلامی محور تمامی آموزه‌ها توحید است که اعتقادات و اخلاقیات نیز بر مدار آن دور می‌زند و بنابراین، سبک زندگی اسلامی، توحید مدار است. اصول اعتقادات اسلامی و اخلاق اسلامی پشتوانه‌های محکمی برای سبک زندگی اسلامی هستند (فیضی، ۱۳۹۲).

واژه‌ی سبک زندگی که در ادبیات امروزی به مثابه واژه‌ی کلیدی مطرح شده است، از نظر لغوی و موارد کاربرد، گستره‌ی وسیعی را در بر می‌گیرد؛ یعنی از رفتارهای خاصی که هر فردی برای زندگی خود بر می‌گزیند تا رفتارهای خانوادگی، محلی، شهری، کشوری و بین‌المللی قابل اطلاق است. از این منظر، می‌توان سبک زندگی را ویژگی‌های رفتاری انسان تعریف کرد و بر اساس اختلاف این ویژگی‌ها، تعداد سبک‌ها را در نظر گرفت؛ اما این ویژگی‌ها از دیدگاه‌های

مختلف قابل تقسیم به اشکال مختلف است. گستره‌ی این تقسیم بندی سبک زندگی فردی، خانوادگی، گروه خاص، افراد یک شهر یا منطقه و زندگی‌های بین المللی را شامل می‌شود (مصباح، ۱۳۹۲). بحث‌هایی که امروزه در مورد سبک زندگی مطرح شده است، صرفاً یک بحث توصیفی و تاریخی نیست، بلکه منظور این است که سبک‌های زندگی را بررسی و ارزشیابی و آنگاه سبک صحیح را مشخص کرد. وقتی که پسوند «اسلامی» به سبک زندگی افزوده می‌شود به این معناست که معیار سنجش آن ارزش‌های اسلامی است. واژه‌ی اسلامی نیز تصریح دارد که باید از دیدگاه ارزشی به مسأله نگریست و صرفاً توصیفی نیست. هدف این است روشن شود که چه نوع زندگی‌ای باید داشت و چه سبکی غلط است که از آن دوری شود. البته معیار ارزشیابی نیز ارزش‌های اسلامی است. از سوی دیگر باید ضوابط ارزشیابی اسلامی را در نظر گرفت که آن نیز متدولوژی خاص خود را دارد؛ اما اینکه ارزش‌ها و سبک زندگی موجود چگونه است، باید از نظر جامعه شناختی و روش خاص خودش مشخص شد. همینطور اینکه ارزش‌های اسلامی به مثابه‌ی معیار سنجش چیست، باید اسدوم و ارزش‌های اسلامی را شناخت. باید این دو را باهم منطبق کرد که آیا آنچه رایج است با سبک زندگی اسلامی، یعنی با ارزش‌هایی که اسلام در رفتار معتبر می‌داند، مطابقت دارد یا ندارد. آنگاه بخشی را که تطابق ندارد، باید برای اصلاح آن چاره جویی شود که می‌شود کرد تا مردم به سمت زندگی اسلامی حرکت و کمبودهایشان را جبران کنند. (مصباح، ۱۳۹۲). برای اینکه اسلام و ارزش‌های اسلامی را برای طراحی سبک زندگی اسلامی بهتر شناخت و مورد بررسی قرار داد می‌توان حضرت علی (ع) را به عنوان الگویی کاملاً اسلامی و دینی برگزید و از بیانات و جملات آن بزرگوار در کتاب شریف نهج البلاغه و سیره‌ی زندگی آن حضرت استفاده کرد. در

طول تاریخ و در جوامع گوناگون بشری، انسان‌ها زندگی خود را بر اساس قواعد و اهداف خاصی ادامه می‌دادند که می‌توان زندگی آنها را دارای سبک دانست. با پیشرفت سریع علم و به وجود آمدن جوامع مدرن و وابسته به فرهنگ و تمدن غرب، شرایطی به وجود آمد که جامعه‌شناسان بیش از پیش به دنبال ارائه‌ی الگوهای خاصی برای زندگی بودند. با پیشرفت گسترده‌ی علم و فناوری شرایط جدیدی بر جوامع بشری حاکم شد که نتیجه‌ی آن به وجود آمدن شغل‌ها و تولیدات جدید و همچنین الگوهای جدیدی از کار و فعالیت و زندگی بود که همین امر جامعه‌شناسان را به سوی مقوله‌ی سبک زندگی کشاند. از این رو، امروزه اصطلاح سبک زندگی در علوم اجتماعی ارتباطی نزدیک با مجموعه‌ای از مفاهیم مانند فرهنگ، اخلاق، رفتار، تولید و مصرف دارد که نتیجه‌ی آن خواسته یا ناخواسته، حاصل تلاش گسترده برای معرفی، ترویج و تثبیت سبک خاصی از زندگی است که اصل آن فرهنگ سکولار غربی و پیامدهای معرفتی آن است. وارد کردن این گونه از سبک زندگی در جوامع مسلمان که دارای منبعی بسیار غنی در حوزه‌ی سبک زندگی هستند، چالش‌های شایسته‌ای نیست (فاضل قانع، ۱۳۹۱). تفکرات و عقاید یک مسلمان واقعی ایجاب می‌کند که شیوه‌ی زندگی خود را بر اساس آنچه که دین و اعتقاداتش مطرح می‌کند برگزیند و توصیه‌های دین خود را در زندگی خود پیاده کند. گسست میان عقاید و تفکرات و روش زندگی می‌تواند فرد و جامعه را به سمت بی‌هویتی و حتی بی‌دینی سوق دهد. می‌توان عامل اصلی این چالش را در فقدان شناخت و معرفت نسبت به تعامل سبک زندگی و مبانی معرفت دینی جست و جو کرد. «سبک زندگی هر فرد و جامعه به لحاظ نظری برآمده از آموزه‌های اعتقادی و ارزشی حاکم بر روح و روان آنها است» (فیضی، ۱۳۹۱). این پژوهش با بهره‌گیری از سخنان حضرت علی (ع)

در کتاب نهج البلاغه و سیره‌ی زندگی آن حضرت سعی بر ایجاد یک پیوند قوی بین اعتقادات مسلمانان و روش زندگی آنها دارد که در این صورت باعث گسترش سبک زندگی علوی در بین جوامع مسلمان و کم رنگ کردن الگوهای سبک زندگی غرب می‌شود.

سبک زندگی اسلامی هدف زندگی انسان را مشخص می‌کند و مایه‌ی تسلی، در شرایط سخت و تهدید کننده می‌شود. سبک زندگی عنوانی شناخته شده است که در علوم اجتماعی از زوایای متفاوتی به آن نگاه می‌شود. مؤلفه‌هایی که در دنیای عالی امروز برای سبک زندگی تعریف می‌کنند عبارت‌اند از: فعالیت‌های فیزیکی، اوقات فراغت، خواب و بیداری، روابط اجتماعی، روابط خانوادگی، معنویت، امنیت و آرامش، تغذیه و غیره که هر کدام تأثیر بسیار چشم گیری در زندگی انسان‌ها دارد. سبک زندگی شیوه‌ای نسبتاً ثابت است که فرد اهداف خود را به وسیله‌ی آن پی می‌برد.

با استخراج معیارهای سبک زندگی از کتاب نهج البلاغه و گسترش و معرفی آنها در جوامع مسلمان می‌توان سبک زندگی‌ای را که مورد تأیید اسلام و ائمه‌ی اطهار (ع) است را تثبیت نمود. با وارد شدن اسلام به زندگی انسان‌ها و الگو گیری سبک زندگی آنها از اسلام واقعی، روز به روز از مشکلات جامعه اسلامی و مسلمانان کاسته می‌شود که نتیجه‌ی آن برقراری صلح و امنیت، آرامش، رفاه، معنویت و پیشرفت در جامعه‌ی اسلامی است.

از مهم‌ترین پیامدهای منفی که در صورت عدم اعمال سبک زندگی اسلامی در جامعه می‌توان معرفی کرد، تباه شدن عمر و زندگی خود فرد است؛ زیرا نتوانسته از عمر خود در جهتی که شایسته و در شأن یک انسان است

استفاده کند. در صورتی که یک شخص مسلمان برای سبک زندگی خود الگویی اسلامی انتخاب نکند و تابع الگوهایی از سایر ادیان یا فرهنگ‌ها باشد، بدون تردید زندگی او رنگ و بو و ظاهری غیر اسلامی می‌گیرد. پیامدهای منفی دیگری که می‌توان ذکر کرد، مفساد اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، سیاسی است که تک تک این موارد می‌توانند در تباه کردن جامعه‌ی اسلامی نقش بسیار زیادی داشته باشند.

www.ketab.ir