



Web site: www.fathian.ir
Email: info@fathian.ir
Mobile: 09121096117





سبک زندگی

نیاز یا ضرورت



بهمن ماه ۱۳۹۱

www.fathian.ir
info@fathian.ir



سبک زندگی « چیست؟ »

مفهوم «سبک زندگی» از جمله مفاهیم مرتبط با علوم اجتماعی و جامعه شناسی و مردم شناسی است که از جنس مفاهیم فرهنگی بوده و به تازگی مورد توجه برنامه ریزان امور اجتماعی و مدیران فرهنگی قرار گرفته است و حتی جایگزین مناسبی برای کلماتی چون فرهنگ اجتماعی، عادات فردی و عمومی و از این دست تعبیر گردیده است.

سبک زندگی به مجموعه (آثار خودآگاه و ناخودآگاه) که نشان دهنده (شکل و محتوی) (افکار، گفتار و کردارهای) (فرد و جامعه) اطلاق می گردد.

سبک زندگی جایگاهی مهم برای امروز جوامع است که عوامل فردی، اجتماعی، مذهبی، جغرافیایی و اقتصادی و تاریخی در یک نظام مندی یکپارچه و بهم تنیده شده نشان می دهد.

أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِي السَّمَاءِ ، تُؤْتِي أُكْلَهَا كُلَّ حِينٍ بِإِذْنِ رَبِّهَا وَيَضْرِبُ اللَّهُ
 الْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ ، وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ اجْتُثَّتْ مِنْ فَوْقِ الْأَرْضِ مَا لَهَا مِنْ قَرَارٍ

آیا ندیدی خدا چگونه مثل زده سخنی پاک که مانند درختی پاک است که ریشه اش استوار و شاخه اش در آسمان است ، میوه اش را هر دم به اذن پروردگارش می دهد و خدا مثلها را برای مردم می زند شاید که آنان پند گیرند ، و مثل سخنی ناپاک چون درختی ناپاک است که از روی زمین کنده شده و قراری ندارد.

شاید بهترین عبارت قرآنی برای سبک زندگی، همان تعبیر «حیات طیبه» باشد؛ زندگی پاکیزه!

حکایت است که امام علی (ع) می فرمایند:

من عاشق زندگی ام و بیزار از دنیا . از ایشان پرسیدند مگر بین زندگی و دنیا چه فرقی است ؟ فرمودند دنیا حرکت بر بستر خور و خواب و شهوت است و زندگی نگرستن در چشم کودک یتیمی است که از پس پرده ی شوق به انسان می نگرند .

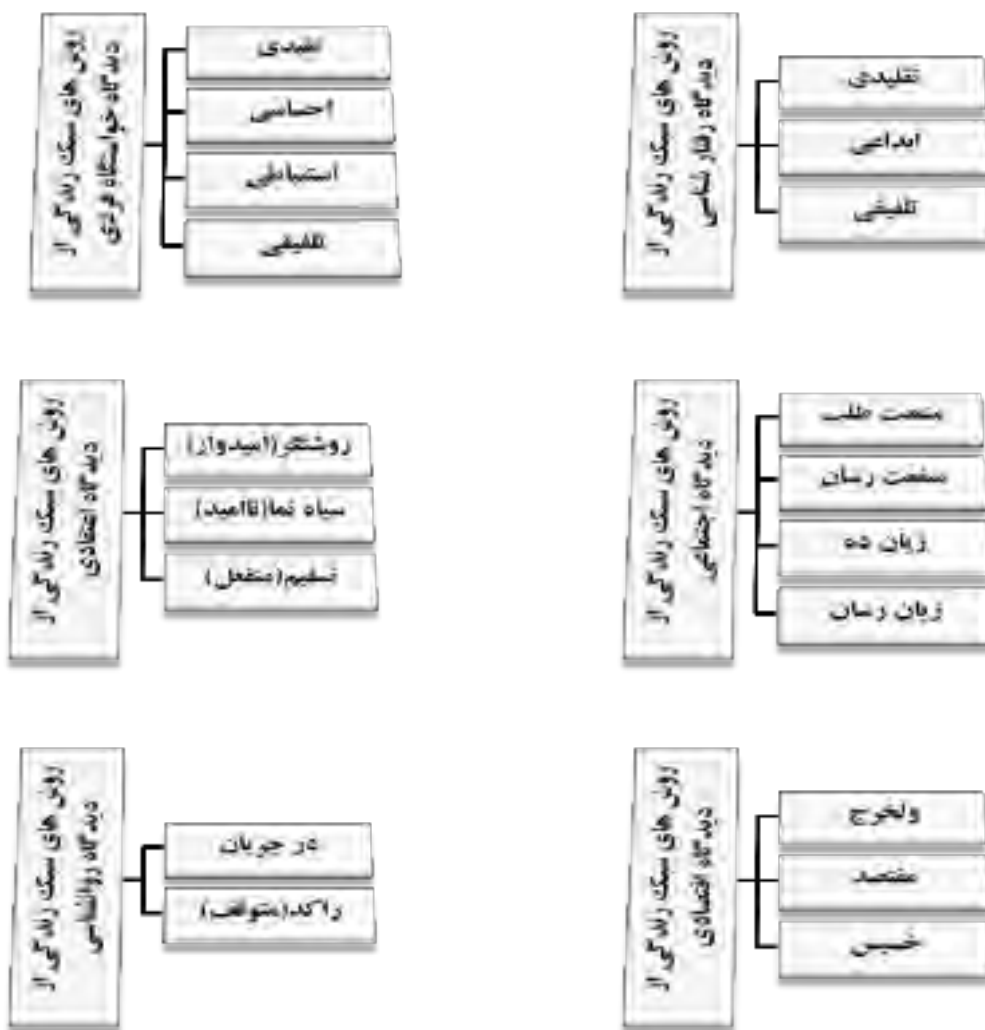
مهم ترین هنر زندگی، این است که «جای درست هرچیز» را پیدا کنیم. برخی از افراد، احساسات و رفتارهای بشری را به «خوب و بد» تقسیم می کنند. محبت اگر در جای درست خود اعمال شود، زیباست. اگر محبت را نابه جا به کار بریم، نه تنها زیبا نیست که زشت و زشتی آفرین است!



تعریف اصطلاحی سبک زندگی

این اصطلاح جدید از دو بخش تشکیل شده است (سبک=روش) و (زندگی)

روش ها قابل تغییرند و آنها را می توان برای حصول نتیجه بهتر ، تغییر داد . اما زندگی قابل برگشت نیست و یک مسیر یک طرفه است.



زندگی در دو اصطلاح خودنمایی می کند:

- **زندگانی** (زندگی جوشی) (گذران ایام با ترجیح آرامش به آسایش و رضایت و انتخاب)
- **زنده مانی** (زندگی کوشی) (گذران ایام با ترجیح آسایش به آرامش وبدون رضایت و انتخاب)



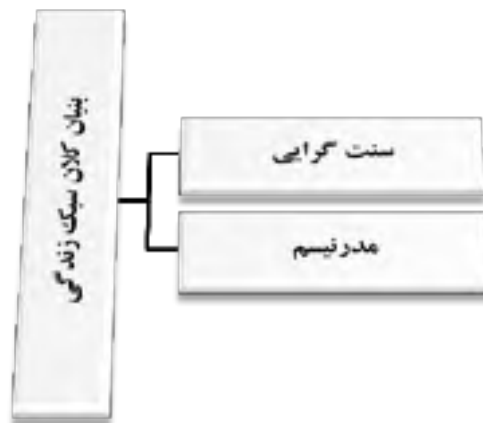
ساختار مفهومی سبک زندگی دو وجه دارد:

اول، مفهوم یکپارچه گی و بهم تنیده گی

سبک زندگی حاکی از مجموعه عوامل و عناصری است که کم و بیش به طور نظام مند با هم ارتباط داشته و یک شاکله کلی فرهنگی و اجتماعی را پدید می آورند.

دوم، مفهوم تفاوت و تقابل

امروز از دو مدل و الگوی متمایز و متفاوت سبک زندگی اسلامی و غربی سخن می گوئیم. به همین دلیل است که واژگان مترادف سبک زندگی اسلامی: سبک زندگی شیعی، ارزشی، ایدئولوژیک، جهادی، انقلابی، دینی و تعابیر معادل سبک زندگی غربی: سبک زندگی اروپایی، مسیحی، آمریکایی مطرح می شود.

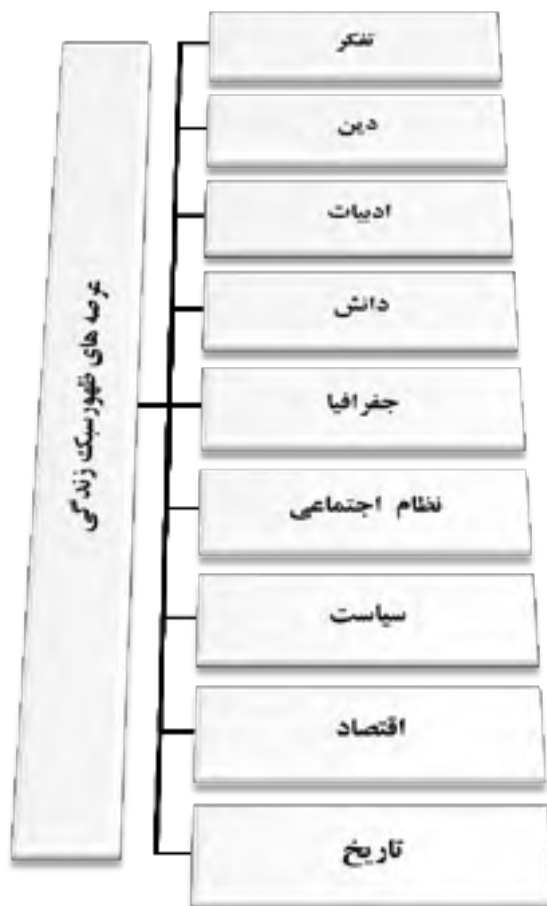


سنت گرایی

سنت در ساده ترین تعریفش به امور متعلق به گذشته تعبیر شده است. آن گاه که یک فرهنگ تاریخی می شود و سازنده یک تمدن می گردد، تاریخی شدن آن فرهنگ و آن تمدن، سبب آفرینش سنت می گردد. سنت به انسان و زمانه اش هویت می بخشد. بطور مثال سنت اسلامی از منبع وحی و قرآن و نهج البلاغه و روایات سیراب می شود و سیره انسانی زیستن را نگارش می کند.

مدرنیسم

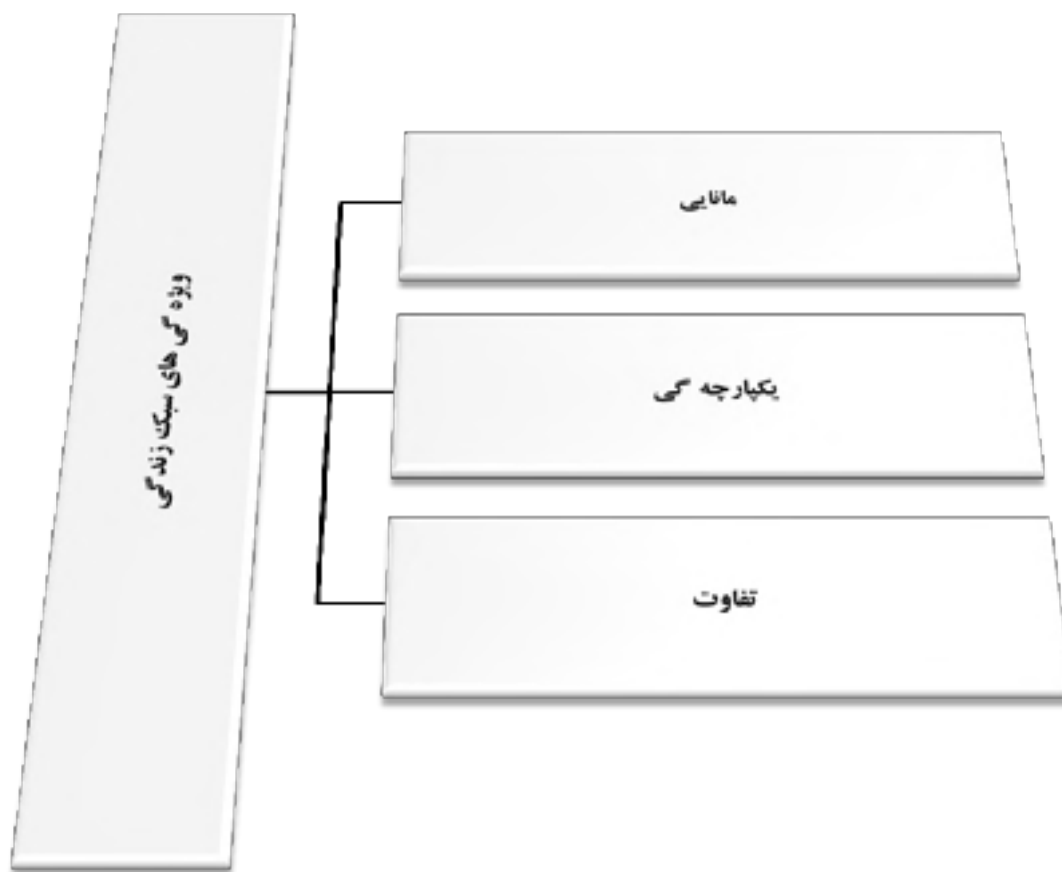
ظهور مدرنیسم در تفکر بشری، قالب جدید نگرش انسان به زندگی را، از وضع موجود به وضع مطلوب، ساخت و سپس مفهوم نوگرایانه سبک زندگی را آفرید و آنرا در قالب امروزی و مدرن تحلیل نمود.



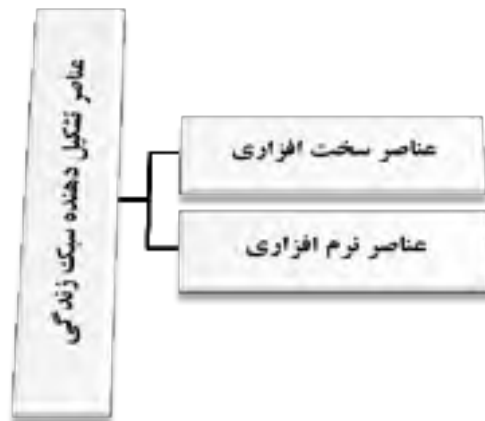
عرصه های ظهور سبک زندگی مدرن عبارتند از:

- تفکر مدرن (سوپرکتیویسم، پوزیتیویسم منطقی و...)
- دین مدرن (پوزیتیویسم و دین پراگمات و...)
- هنر و ادبیات مدرن (رمانتیسم، کلاسیسیسم، رئالیسم، ناتورالیسم، اکسپرسیونیسم، کوبیزم و دادائیسم)
- علم مدرن (آپریسم، ساینتیسم، نگرش تکنیکی و...)
- نظام سیاسی و شهروندی مدرن (ماکیاولیسم و سکولاریسم و شهروندی به جای مفهوم اخوت و برادری)
- نظام اقتصادی مدرن (بورژوازی و سوسیالیسم و...)
- نظام اجتماعی مدرن (طبقات اجتماعی مدرن همچون طبقه متوسط و بورژوا، بسط فردیت اجتماعی و...)

تمامی این ها سبب شدند که سبک زندگی بشر زیست کننده در بستر مدرنیسم دگرگون شود و با سبک زندگی پیشین خود و همچنین با سبک زندگی سنتی فاصله بگیرد.



- **مانایی:** در سبک زندگی رفتارها و روابط پایداری دارند و زود گذر نیستند در حالی که "مد" امری در حال تغییر است و ثبات ندارد.
- **یکپارچه‌گی:** رفتارهای متفاوت اعم از اقتصادی، فرهنگی، سیاسی و غیره در سبک زندگی قابل ارجاع به یک منطق واحد است که کلیت را می‌سازد در حالی که در "مد" اینگونه نیست. یعنی در "مد" فرد در یکی از مناسباتش تابع روز است اما در سایر مناسباتش به صورت دیگری عمل می‌کند.
- **تفاوت:** تمایز را از دیگر مولفه‌های سبک زندگی است و مجموعه رفتارها و مناسبات در سبک زندگی در تمایز و تفاوت با دیگران معنا پیدا می‌کند ولی در "مد" مساله تشابه مطرح است و افراد تلاش می‌کنند که خودشان شبیه دیگران کنند.



- **عناصر سخت افزاری سبک زندگی:** عنصر مادی یا سخت افزاری که تکنولوژی اساسی ترین وجه آن است که از جمله مظاهر آن جاده سازی، خودرو، هواپیما، موبایل، اینترنت، رسانه و ... است. این عناصر مادی بعد «کالبدی» سبک زندگی و روابط و مناسبات انسان‌ها را می‌سازند.
- **عناصر نرم افزاری سبک زندگی:** مسائل فرهنگی و اجتماعی همچون خواسته‌های جسمانی (غذا، لباس، رفتار، محل سکونت، نوع کار، تفریحات، مناسبات زمانی و مکانی و ...)

عناصر تشدید کننده تغییر سبک زندگی:

در حقیقت هویت و سبک زندگی با یک‌دیگر رابطه‌ای دوسویه دارند و بر یک‌دیگر تأثیر متقابل می‌گذارند.

تغییر سبک زندگی را می‌توان ارمغان مدرنیته در عصر حاضر به شمار آورد. به عقیده‌ی برخی، به وجود آمدن شیوه‌های جدید زندگی ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است که با حرکت جوامع به سمت پیشرفت و صنعتی شدن رخ می‌نماید.

اما حقیقت این است که پایه و اساس سبک زندگی در جامعه‌ی سنتی ایران بر اساس اسلام بنا شده است و تغییر آن به منزله‌ی تغییر سبک زندگی اسلامی به شیوه‌های مدرن و وارداتی است که با فرهنگ اسلامی ما هیچ‌گونه همخوانی ندارد و در نتیجه تغییر هویت فرد مسلمان را به دنبال دارد.

جامعه‌شناسان معتقدند سن، طبقه اجتماعی، قومیت و جنسیت، گرایش مذهبی در سبک زندگی هر فرد اثر گذارند. این یعنی هویت از نوع ساختار و طبقه اجتماعی فرد و همچنین جنسیت، سن و مذهب او شکل می‌گیرد.

جمع سبک‌هایی که ما در زندگی داریم هویتمان را می‌سازد، بنابراین سبک زندگی بخشی از هویت یک جامعه است. جامعه مدرن دارای سبک زندگی خاصی است که او را با انسان موجود در جوامع سنتی و توسعه نیافته متمایز می‌کند.



زمینه های مستقیم تعیین سبک زندگی:

- پوشش فردی (لباس)
- خوراک جسمی (غذا)
- نام و نام خانوادگی
- محل زندگی فردی (شکل خانه)
- محل زندگی اجتماعی (شکل شهر) (فضاهای تفریحی، اقتصادی، فرهنگی و هنری)
- گفتار (کلمات مرسوم، زبان محاوره)
- نیازمندی های کالایی
- شغل
- مذهب (گرایش اخلاقی)
- مناسبت های اجتماعی و فردی

زمینه های غیر مستقیم تعیین سبک زندگی:

- رسانه های انتخابی (شنیداری (راديو)، دیداری (تلویزیون، سینما)، نوشتاری (روزنامه، کتاب)
- هنر های تجسمی (موسیقی، تئاتر، نقاشی و....)
- اوغات فراغت (مسافرت)
- مراسمات ملی و فرا ملی
- ارکان اداری و سازمانی
- ارتباطات انسانی و کاری
- اقتصاد سرمایه ای و غیر سرمایه ای
- قانون (فردی و گروهی)

تغییر دهنده گان سبک زندگی به ترتیب تاثیر:

- **جوانان** (خط مقدم تغییرات اساسی)
- **نوجوانان** (خط مقدم تغییرات سطحی)
- **میانسالان** (متمايل به تغییرات اساسی)
- **پیران** (مقاومت کنندگان تغییرات اساسی)
- **کودکان** (تابع تغییرات اساسی و سطحی)
- **خانم ها** (بیشترین پذیرش تغییرات سطحی)
- **آقایان** (بیشترین پذیرش تغییرات اساسی)
- **تحصیل کردگان متوسط به پایین** (بیشترین پذیرش تغییرات سطحی)
- **تحصیل کردگان عالی به بالا** (بیشترین پذیرش تغییرات اساسی)



مراحل تبلیغ برای تغییر در سبک زندگی

- تعیین اهداف اقتصادی و فرهنگی
- تشخیص نیازمندی های موجود (نیاز سنجی)
- تبیین اهداف اولیه راهبرد های ورود به جامعه هدف
- ایجاد نیازمندی های جدید (نیاز سازی)
- ترسیم راهکاری های رسیدن به سبک زندگی جدید
- ساخت زیر ساخت فرهنگی و اقتصادی
- بهره برداری فرهنگی و اقتصادی بر اساس سبک جدید
- خیز برای انهدام سبک قدیم زندگی

مختصات جوامعی که سبک زندگی خود را صادر می کنند:

- اخلاق مداري (اصول همیشه جاری)
- یکپارچگی و هم دلی
- مسئولیت پذیری
- ترجیح منافع جمعی به فردی
- احترام به قانون و مقررات
- اعتقاد به حقوق شهروندان
- عشق به کار و کوشش
- پذیرش سختی ها به منظور سرمایه گذاری در آینده
- تمرکز بر خلاقیت فردی و اهداف گروهی
- انضباط فردی و اجتماعی

مختصات جوامعی که سبک زندگی تقلیدی دارند:

- منفعت طلبی
- خودخواهی
- مسئولیت گریزی
- ترجیح منافع فردی به گروهی
- نگاه به قانون بر اساس منافع شخصی
- اعتقاد به حقوق فردی
- فرار از سختی ها به منظور انباشت سرمایه در امروز
- تمرکز بر اهداف کوتاه مدت



«فلفل نباشید، سیب زمینی نباشید، گیلاس باشید!»

برخی از افراد، هم چون «فلفل»، تند و تیزند. راجع به همه چیز، حساس و متعصب اند. هر چیز برخلاف سلیقه شان باشد، آنان را برمی آشوبد و همواره آماده اند با دیگران بجنگند، بر سر هر چیز!



گروهی از افراد هم از آن طرف بام می افتند. آنان شبیه «سیب زمینی» اند، راجع به هیچ چیز غیرت و تعصب ندارند. آنان با هر کس و هر چیزی کنار می آیند!



هیچ کدام از این افراد، انسان کامل نیستند! انسان کامل، هم تعصب و غیرت دارد و هم انعطاف و تسامح، هم چون «گیلاس» که بخشی از آن، نرم و شیرین است و بخشی از آن، سفت و سخت می باشد و کسی نمی تواند آن را گاز بزند! مهم این است که تشخیص دهیم کجا جای محکم ایستادن است و کجا جای گذاشتن و روان شدن. جاهایی در زندگی پیش می آید که لازم است هم چون کوه، محکم و استوار باشیم و موقعیت هایی در زندگی پیش می آیند که لازم است هم چون جویبار، سیال و نرم باشیم. نه سفت و سخت بودن، فضیلت است، نه سیال و نرم بودن! فضیلت این است که «به جا» سفت و سخت باشیم و «به جا» سیال و نرم!





در کشور ما ...

- کسی که زیاد کار کند تراکتور نامیده می شود!
- کسی که به قوانین احترام بگذارد بچه مثبت است!
- کسی که اخلاقیات را رعایت کند برجسب پاستوریزه خواهد گرفت!
- کسانی که حقوق دیگران را زیر پا می گذارند و افراد قالتاق، آدمهای زرننگ خوانده می شوند!
- انسانهای منظم افراد خشک و بیحال هستند!
- آنهایی که درس می خوانند خرخوان اطلاق می شوند!
- همه به دنبال یک شبه رفتن ره صد ساله!
- و