

## مقدمه

نهادینه کردن الگوهای مناسب تربیتی، از مهم ترین مقوله هایی است که باید بدان توجه خاصی داشت، بویژه وقتی این مهم با مباحثی چون سبک زندگی و نحوه ی درست زندگی کردن معنا و مفهومی تازه می یابد. سبک زندگی صرفاً بحثی کتابخانه ای یا آرشیوی نیست بلکه می خواهد در همه جای زندگی فردی و اجتماعی انسان ها حضوری پیوسته و پر رنگ داشته باشد و نمی توان همه چیز را در قالب قانون، بخشنامه و دستورالعمل ارائه کرد، بسیاری از جنبه های آن نیازمند ضمانت اجرایی درونی است. در باره سبک زندگی سخنان فراوانی گفته شده است، جامعه شناسان، اندیشمندان اخلاقی، روان شناسان هر کدام به سهم خود به این مسئله پرداخته اند، دقیق ترین و عالی ترین تعابیر در باره اهمیت سبک زندگی و نقش آن در فردسازی و جامعه سازی را رهبر معظم انقلاب بیان فرمودند. ایشان بیش از دودهه است که به صورت مستقیم و غیرمستقیم مسائل مختلف سبک زندگی را مورد اهتمام قرار داده اند. و در راستای فرمایش موکد مقام معظم رهبری که فرمودند "در واقع سبک زندگی به همه مسائلی برمی گردد که متن زندگی انسان را شکل می دهند" برنامه ریزی برای دوران کودکی و نوجوانی که به تدریج زمان برای دریافت و تقویت مبانی دینی و اجتماعی و دوست یابی و دورهم نشستن و گفتگو از ویژگی بارز آن می باشد، بسیار مهم خواهد بود. لذا با توجه به این امر مهم، قانون پرورش فکری براساس سند تحول بنیادین و سند چشم انداز ۱۴۰۴ قانون همگام و همراه با آموزش و پرورش به اجرای فعالیتهای هدفمند، تاثیرگذار و خلاقانه در جهت پرورش خلاقیت و تقویت فکر و اندیشه و فعالیت های جمعی در قالب های فرهنگی، هنری، ادبی، پژوهشی و... برای کودکان و نوجوانان می پردازد که زیر ساخت آن توجه و تامل در مبانی تربیت اجتماعی و ارزش های دینی خواهد بود. برنامه های مختلفی که به تجمیع نقطه نظرات کودکان و نوجوانان و هم اندیشی آنان در فضایی توأم با صمیمیت و مهربانی با محوریت مبانی دینی و اجتماعی و با حضور مربیان و کارشناسان آگاه به مقوله های تربیت دینی و اجتماعی صورت می پذیرد.

بدین بهانه دراین مقاله کوشش شده تا به بیان تعریف و شناخت مولفه هاوشاکله های  
تاثیر گذاردر سبک زندگی اسلامی وایرانی پرداخته شود. بی شک اجرای چنین گفتمان  
هایی می تواند افق روشنی را برای الگو پذیری کودکان و نوجوانان از سیره های نکوی  
تربیتی بازتاباند که بکار گیری آن منتج به باوری درست از سبک زندگی خواهد بود.ان  
شاء..

اسفندیار ضیائی

معاون کانون پرورش فکری استان گیلان

## زیرساخت های سبک زندگی ایرانی - اسلامی

هر انسانی می تواند سبک زندگی خود را براساس آموزه ها و ارزش های اخلاقی و اسلامی و سیره های نبوی و علوی جستجو کند و آن را در زوایای زندگی خویش نهادینه سازد. زیرا انسان الگوهای متفاوتی را در سطوح مختلف به کار می بندند، گاه این الگوها در بازه ی زمانی و مکانی بسیار محدودی به کار گرفته می شود که معمولاً با عنوان «مد» از آن یاد می کنند و گاه این محدوده از نظر زمانی و مکانی وسعت یافته و «سبک» بوجود می آید. و هر گاه در بازه ی زمانی وسیعتری از تاریخ، پهنه ی گسترده ای از زمین را درنوردد، به عنوان «سنتی اجتماعی» نامیده می شود که در طریق عالیترا و برتر به عنوان سنتی فرازمانی و فرامکانی که تمام تاریخ را در بر می گیرد به نام «سنت ا...» مطرح می شود.

سبک می تواند در زوایای درونی زندگی انسان ها جا باز کند و به عنوان سبک زندگی تعریف شود. و در یک تعریف ساده سبک زندگی life style مجموعه ای از طرز تلقی ها، ارزش ها، رفتارها، حالات، سلائق و ... مرتبط می باشد که با فرهنگ هر جامعه ارتباط تنگاتنگ و مستقیمی پیدا می کند. سبک در لغت به معنای زر و یا فلز گداخته در قالب را گویند و در فرهنگ اروپایی به آن style می گویند که از واژه ی یونانی ستیلوس یا استیلوس به معنای وسیله ای که با آن حروف و کلمات را بر روی الواح نقش می کردند، اقتباس شده است و در قاموس اهل ادب روش خاص بیان افکار و اندیشه قلمداد می شود. سبک زندگی می تواند با مجموعه ای از عوامل و عناصر فرهنگی که به صورت هدفمند و نظام یافته با هم در ارتباط می باشد یک شاکله و شاخصه ی اجتماعی را بوجود آورد و این روست که می گویند: سبک جلوه گاه درون و نمودار روحانیت آفریننده است.

مفهوم سبک زندگی از جمله مفاهیم علوم اجتماعی، علم جامعه شناسی و مردم شناسی است. سبک زندگی فضایی است که از به هم تنیدگی و پیوند عوامل متعددی که در شیوه های زندگی تاثیر می پذیرند، بوجود می آید.

« سبک زندگی به معنی شیوه ی خاص زندگی یک فرد، گروه یا جامعه است»

این اصطلاح نخستین بار توسط آلفرد آدلر، روانشناس اتریشی استفاده شد.

سبک زندگی روش های تعامل با خود، دیگران، طبیعت و خداوند سبحان در محدوده ی زمانی و مکانی از عوامل مختلفی چون مکان، زمان و باور تاثیر می پذیرد.

#### - مکان:

آدمی براساس خواسته های مادی و معنوی خود فضایی را در اطراف خویش شکل می دهد و موقعیت هایی را پیرامون خود بوجود می آورد که آن فضا و مکان، رفتار و حالات انسان را مفهوم می بخشد. به عنوان مثال برای عبادت مسجد می سازد، برای آموزش مدرسه ای بنا می کند و ... از این رو، با این مولفه شکل زندگی کسانی که در مکان های مختلف زندگی می کنند، متفاوت می باشد. به عنوان نمونه شکل زندگی کسانی که در مناطق سرسبز و یا سردسیر و یا کویری زندگی می کنند، متفاوت است. حتی نوع معماری و شکل زندگیشان با هم تفاوت دارد. آنان از امکاناتی که در اختیار دارند برای بهتر زندگی کردنشان استفاده می کنند. بنابر این برای سامان دادن به سبک زندگی، می بایست امکانات محیط خود را شناسایی کنیم و از داشته های خود، آگاهی داشته باشیم. چرا که آدمی با سامان دادن و بهره بردن از امکانات محیط و آگاهی از داشته های خود مفهوم تعلق، اتصال و حتی متوسل به وطن را عینیت می بخشد.

#### - زمان:

عامل دومی که باید در سبک و شکل زندگی مورد توجه قرار گیرد زمان است. اگر به صد سال پیش یا هزار سال پیش برگردیم معماری و زندگی افراد متفاوت بود. بنابر این گذر زمان و آنچه که در توالی زمان بر انسانها حادث شده در کیفیت انتخاب زندگی تاثیر گذار است. زندگی مردمان صد سال پیش با مردم پیش تر از خود فرق داشته و زندگی امروزی نیز با زندگی گذشتگانمان حتی پدربزرگ ها و مادر بزرگ ها یمان متفاوت می باشد.

- باور:

سومین عاملی که در سبک زندگی تاثیر گذار می باشد، ونقطه عطف حیات آدمی به شمار می آید باورهای اوست.

باورها می تواند همه تعلقات زمانی ومکانی وتاریخی وجغرافیایی را از آن خود کند. سبک زندگی با تاثیر پذیری از باور های انسان از جمله باور های دینی تغییر می یابد. مسلمانان، مسیحیان، یهودیان و ... سبک زندگی متفاوتی داشته ودارند. لذا برای پرداختن به سبک زندگی باید به باور های خود توجه ویژه داشته باشیم. زیرا ملت ها، باور ها و تعلقاتی دارند که گاه حاضرند همه ی تعلقات تاریخی و جغرافیایی خود را برای آن فدا کنند.

در واقع، این باورهای انسانی ست که این توان را دارد تا از فضا و زمان تحمیل شده بر انسان، زندگی را در جهت اعتقادات او تنظیم نماید.

داشتن شیوه ی زندگی اسلامی، بستر ساز پیشرفت همه جانبه است. یکی از عوامل بسیار مهم بر شیوه ی زندگی، تربیت اجتماعی و فردی است. مهمترین دوران شکل گیری تربیت در دوران کودکی است. از این رو، برای اینکه کودکان را بالنده پرورش دهیم باید اصول تربیتی را برای آنها تبیین نموده و سپس روش های تربیتی را برای آنها بکار بست. البته روش های تربیتی را نیز باید متخصصان و صاحب نظران این حوزه ارائه نمایند.

یکی از اماکنی که کودک در آن تربیت می شود خانواده است. لذا، نقش پدر و مادر در این مقوله بسیار حساس و مهم می باشد، چراکه نقش خانواده به عنوان یک جامعه کوچک در کانون زندگی خود پیش شرط تحقق یک سبک زندگی اسلامی است. وقتی خانواده و یا مربیان برای تقویت فکر کودک تلاش می کنند و او را خرد ورز پرورش می دهند، مطمئناً نهادینه کردن حس دینی در او بسیار آسان تر خواهد بود.

با دید انسان شناسی الهی، شیوه های زندگی اسلامی تبیین می شود. یکی از سوالاتی که مقام معظم رهبری در اجتماع مردم خراسان جنوبی مطرح نمودند این بود که چرا فرهنگ کار جمعی در ایران ضعیف است؟ با فرهنگ سازی می توان دوباره بسیاری از سنت ها را اعاده و احیا نمود. فرهنگ ایشار و فداکاری و جمع گرایانه را تقویت کرد. به گونه ای که نوع دوستی همچون گذشته در جامعه رونق بیشتری یابد.

باید به دین و آیین خویش توجه کنیم. که در کلام ارزشمند حضرت صدیقه ی کبری فاطمه ی زهرا ( س ) آمده: الجار ثم الدار؛ اول همسایه بعد خانه (بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۸۱) و یا آنجا که حضرت ختمی مرتبت می فرمایند شما نمی توانید بخوابید در صورتی که چهل همسایه اطراف منزلتان گرسنه خوابیده باشند.

امروزه در فرهنگ آپارتمان نشینی حتی همسایه های یک واحد، همدیگر را نمی شناسند این رفتار فرد گرایانه باید به رفتاری جمع گرایانه منتهی شود. امروز می شود در خانواده ها فرهنگ دور یک سفره نشستن، با صمیمیت حرف زدن و مهربان بودن را دوباره تجربه و تمرین کرد. متأسفانه بسیار پیش می آید که اعضاء یک خانواده از دور هم نشستن بی نصیب شده و هر کس به تنهایی هر موقع که خواست غذا می خورد و نیاز به در کنار هم بودن و لذت غذا خوردن را کمرنگ کرده است.

اگرچه بازگشت به این مقوله ها به این سادگی نیست اما باید این کار را انجام داد و با هم بودن را تجربه کرد و به عبارتی کار جمعی را باید از خانواده شروع و در مدارس و مساجد تقویت و در جامعه اشاعه نمود. شاهد مثالی از ورزش فوتبال برایتان می آورم در بازی ایران و کره تماشاگران کره ای بعد از اتمام بازی، به نظافت صندلی های خویش پرداختند در حالی که کسی از آنان نخواستہ بود تا چنین کاری انجام دهند. آنان در کاری خود جوش و اخلاقی به صورت جمعی به نظافت محیط اطراف خود پرداختند ، به سادگی، و بدور از شرط و شروط.

مسجد به عنوان یک مکان، از دوجلوه متفاوت برخوردار است. به عبارت دیگر، دوگونه رفتار در این مکان ویژه متجلی می شود که در امر تعلیم و تربیت و جهت دهی رفتارهای فردی و جمعی افراد بسیار موثر است. در جلوه ظاهری مساجد، رفتارها و اعمال و روابط پسندیده دینی و مذهبی و مقبول شرع و دین رخ می نماید و این در حالی است که در جلوه پنهانی مساجد، رفتارهای شخصی، غیر جمعی و کنترلی رخ می دهد. با این تفاسیر مساجد، کارکردهای فرهنگی و آموزشی بسیاری در جامعه دارند. مسجد روح جمع گرایی را تقویت میکند و جایگاه مهمی برای تعاون اجتماعی و مشارکت آنان در رفع نارساییهای اجتماعی است.

مسجد عامل پیوند و همبستگی انسانهاست وقتی فریضه واجب نماز بصورت جماعت در مسجد خوانده می شود، نه تنها باعث ارتباط انسان با خداوند منان است بلکه عامل پیوند و همبستگی انسانها نیز می شود .

مظهر اعلائی این ارتباط جمعی را در مسجد الحرام و مسجد النبی (ص) که از اقوام و ملل با زبان های متفاوت گردهم می آیند مشاهده می کنیم.

امروز مدرسه می تواند به عنوان مکانی که بهترین فرزندان این مرز و بوم و آیندگان این جامعه را می سازد به آموزش سبک زندگی اسلامی، ایرانی بپردازد. آنچه که در سند تحول بنیادین آموزش و پرورش پیش بینی و به عنوان نقشه راه ذکر شده است ترویج سبک زندگی اسلامی - ایرانی در مدارس و ارتقاء مهارت های فردی و اجتماعی دانش آموزان به منظور دست یابی به مبانی زندگی پایدار از اولویت های راهبردی آن است. و براساس همین سند، معلمان و مربیان در تبیین و ارزش گذاری سبک زندگی نقش محوری را ایفا میکنند. در واقع امروز باید نظام آموزشی، خلاق پرور باشد.

در موضوع فرهنگ کارجمعی می توان نقش دانش آموزان را در مدرسه پررنگ تر کرد. تقویت و توسعه و حمایت از تشکل های دانش آموزی از قبیل : شورای دانش آموزی ، شورای ورزشی ، انجمن های اسلامی ، انجمن های علمی و ....

آموزش و پرورش از سال گذشته در کتابهای مطالعات اجتماعی و تفکر و پژوهش پایه ششم ابتدایی مواردی همچون احترام به بزرگتر ها، بحث دوستی و دوست یابی ، رعایت اخلاق در بین دانش آوزان ، همفکری ، مشارکت ، باهم بودن و کار جمعی ، ... و در سال تحصیلی جدید نیز برای پایه ی هفتم دوره ی اول متوسطه کتابی به نام سبک زندگی را در برنامه ی درسی در نظر گرفته است که این کار، کار ارزشمندیست بویژه در مبحث سبک زندگی. اما باید به این مهم توجه داشته باشیم که اولاً این موضوع، موضوعی عمیق و ریشه ای ست و باید به عنوان رفتار عملی از پایه اول ابتدایی حتی دوره پیش از دبستان تا پایان دوره متوسطه دیده شود نه اینکه منوط به دوره ی خاصی از نظام تعلیم و تربیت باشد و ثانیاً مراقب باشیم که فقط به عنوان یک موضوع تبلیغاتی و یا حتی نمره گذاری صرف تلقی نگردد، بلکه باید توجه به سبک زندگی به عنوان یک باور برای مربیان ، معلمان و دانش آموزان نهادینه شود. و اولیاء مدارس به عنوان کسانی که می توانند برای دانش آموزان الگو باشند، آن را انجام دهند.

و این مقوله یعنی بحث کار جمعی بویژه برای مربیان پرورشی و ورزشی و مشاوره

اعتقاد دارم می توان فرهنگ غنی اسلامی و ایرانی را از فضای سالم این مکان ها و نهادهای فرهنگی دیگر همچون کانون پرورش فکری که براساس سند تحول بنیادین آموزش و پرورش و سند چشم انداز ۱۴۰۴ کانون همگام و همراه با آموزش و پرورش در جهت پرورش و خلاقیت و تقویت فکر و اندیشه و فعالیت های گروهی در قالب های فرهنگی، هنری، ادبی، پژوهشی و... برای کودکان و نوجوانان فعالیت می کنند را به اماکن مختلف از جمله مکان های ورزشی، فرهنگی، علمی، تجاری و... در یک کلام به کل جامعه منتقل نمود، مشروط بر اینکه، این فرهنگ غنی همسو با این مکان هادر خانواده ها و جامعه نیز تقویت شود.

امروز ملت ایران بسیاری از سنگرهای علمی و فناوری را فتح کرده است. اما اگر سنگر شیوه ی زیستن و به قول فرمایش مقام معظم رهبری « سبک زندگی ایرانی و اسلامی » را رواج ندهیم، ممکن است کاری به پیش نبریم. چرا که علم و فناوری باید به عنوان یک ابزار، در دست ملتی مومن و شاداب باشد.



فهرست منابع:

- آیت ا... جوادی آملی، (۱۳۹۱)، مفاتیح الحیاه، قم: مرکز نشر اسراء
- ادیب، مریم (۱۳۹۲)، لحظه ای درنگ پرورش مهارت های تفکر، تهران: عابد
- بهار، محمد تقی (۱۳۶۹)، سبک شناسی، ج ۱، امیر کبیر
- حجت، مریم (۱۳۹۲) "معلم معماری" ماهنامه فرهنگی تحلیلی سوره اندیشه، تهران: حوزه هنری شماره ۶۸-۶۹
- دانشور، میترا و... (۱۳۹۲)، راهنمای پرورش تفکر و سبک زندگی پایه هفتم، تهران: دفتر تالیف کتب درسی آموزش و پرورش
- دانشور، میترا و... (۱۳۹۱) تفکر و پژوهش پایه ششم، تهران: دفتر تالیف کتب درسی آموزش و پرورش
- فاضل قانع، حمید (۱۳۹۱)، سبک زندگی براساس آموزه های اسلامی، قم: مرکز پژوهش های اسلامی
- قائمی، علی (۱۳۶۴)، پرورش مذهبی و اخلاقی کودکان، پیمان
- علامه مجلسی، بحار الانوار، قم: ج ۴۳

Life style. Merriam-webser diction-  
Online etymology dictionary-

منابع دیگر:

- پایگاه دفتر حفظ و نشر آثار مقام معظم رهبری (مدظله العالی)
- چشم انداز ۱۴۰۴ کانون، کانون پرورش فکری (۱۳۹۰)
- سند تحول بنیادین آموزش و پرورش، وزارت آموزش و پرورش ۱۳۹۱