

۲۰۹۶/۳۹



سبک زندگی چیست؟

تألیف:

فریبا عباس زاده افشاری - امیر عابدینی



۱۳۹۸

عباسزاده افشاری، فریبا، ۱۳۵۹ -	سرشناسه
سیک زندگی چیست؟/تألیف فریبا عباسزاده افشاری، امیر عابدینی.	عنوان و نام پدیدآور
تهران: نویسندگان آزاد، ۱۳۹۸	مشخصات نشر
۵۵ ص: ۵/۲۱×۵/۱۴	مشخصات ظاهری
978-622-718837-0	شابک
فیبا	وضعیت فهرست نویسی
شیوه زندگی	موضوع
Lifestyles	موضوع
عابدینی، امیر، ۱۳۵۴ -	شناسه افزوده
HQ۲۰۴۲	رده یزن کنگره
۳۰۶/۴	رده بندی یویی
۶۰۹۳۶۲۰	شماره کتابشناسی ملی

nevisandagalazad@gmail.com



نام کتاب: سبک زندگی چیست؟

تألیف: فریبا عباسزاده افشاری، امیر عابدینی

ناشر: انتشارات نویسندگان آزاد

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۸

چاپ /برهان

صحافی: بعثت نوین

قیمت: ۱۵۰۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۸۸-۳۷-۰۰

نشانی: تهران - صادقیه - بلوار فردوسی - ترسیده به ستاری - خیابان علی حسینی - بن

بست ۱۶ - پلاک ۵ - واحد ۵ همراه ۰۹۱۳۳۸۴۲۵۴۶

مرکز پخش: خیابان کارگر جنوبی - روبروی پاساژ مهستان - بن بست سرود -

پلاک ۱۰ - واحد ۲

تلفن: ۶۶۹۶۷۰۰۰

فهرست مطالب

۵	مقدمه
۸	تعریف سبک زندگی
۱۰	تاریخچه
۱۴	و رگی های سبک زندگی
۱۷	عوامل ایجاد سبک زندگی
۱۸	محاول در سبک زندگی
۲۱	سبک زندگی و انسان محصول باورها و ارزش ها
۲۱	تأثیر امیال و غرایب در سبک زندگی
۲۲	تأثیر وضعیت جغرافیایی و فضای اجتماعی در سبک زندگی
۲۳	سبک زندگی و هویت انسانی
۲۵	گستره سبک زندگی
۲۵	سبک زندگی و رفتارهای موقتی باوریدی
۲۵	تدریجی بودن حصول یا تغییر سبک زندگی
۲۷	افقاعی و خودجوش بودن سبک زندگی
۲۸	جامعیت سبک زندگی
۲۸	بیان گرایانه بودن سبک زندگی
۳۰	رویکردهای مصرف و سبک زندگی
۳۰	منظر فرانکفورتی
۳۰	منظر مبادله ای به مصرف
۳۱	منظر پست مدرن به مصرف
۳۱	سنت بیرمنگهام
۳۲	رویکرد اقتصادی/ انسان شناختی
۳۲	سبک زندگی و فراغت
۳۵	سبک زندگی و بدن

- خانه و نمایش سبک زندگی ۳۸
- آسیب‌های سبک زندگی ایرانیان ۴۲
- شکاف ظاهر و باطن ۴۲
- کم خوانی (فرهنگ ضعیف مطالعه) ۴۲
- مصرف گرایی ۴۳
- تجدل گرایی ۴۴
- نقد ریزم و نافذ ستیزی ۴۵
- راه‌ها ایجاد سبک زندگی مطلوب ۴۷
- تقویت آموزش‌های هائی ۴۷
- اصلاح ساختارها ۴۷
- استفاده از رسانه‌ها ۴۸
- مراوده با ملل و جوامع دیگر ۵۱
- ترویج عزت فرهنگی ۵۲
- اصلاح قوانین ۵۲
- جمع بندی ۵۴

مقدمه

بحث از سبک زندگی و آداب اسلامی در عرصه زندگی فردی و اجتماعی، از مباحث بسیار ضروری جامعه کنونی ما است. ارکان اصلی شکل دهی به هویت اجتماعی یک جامعه عبارتند از باورها، ارزش‌ها و سبک زندگی. تمایزات و تفاوت‌های جوامع مختلف نیز به همین سه مؤلفه جامعه وابسته می‌گردد. لایه رویین و آشکار هویت یک جامعه، سبک زندگی آن است. هر جامعه‌ای زمانی می‌تواند ثمره و محصول جهان بینی و آیدئولوژی خود را به دیگران نشان دهد که سبک زندگی او متناسب با باورها، ارزش‌ها و شکل یافته باشد. جامعه کنونی ما متأسفانه نتوانسته است بین ارزش‌های بنیادین و ارزش‌های اصیل اسلامی از یک طرف و سبک زندگی خود در حوزه‌های مختلف اجتماعی، ارتباطی معنادار و وثیق ایجاد کند. سبک زندگی ما در بسیاری از موارد متأثر از آداب و رسوم غیر اسلامی و به یک معنی ضد اسلامی است. علل این گسست و شکاف میان ارزش‌ها و سبک زندگی در جای خود قابل بررسی است؛ اما به نظر می‌رسد مهمترین عامل آن عامل شناختی است. یعنی بسیاری از افراد جامعه چون آگاهی لازم از آداب و سبک زندگی اسلامی ندارند، به همین دلیل در شیوه رفتاری و سبک سلوکی خود آن‌ها را به کار نمی‌گیرند.

غفلت از مسأله سبک زندگی می‌تواند خسارت‌های جبران ناپذیری بر پیکره 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 بشویند و آنان را ناکارآمد تلقی کنند! و برای اینکه توجیهی برای سبک زندگی غیر اسلامی خود داشته باشند، باورها و ارزش‌های اسلامی را زیر سؤال ببرند. مثلاً آن‌ها را ناظر به گذشته و مربوط به جوامع غیر پیشرفته بپندارند! در بدین ترتیب از اساس دست از اسلام و باورهای خود بشویند. قرآن که هم در این باره می‌گوید: «سپس سرانجام کسانی که اعمال بد و تکبر کردند به جایی رسیدند که آیات خدا را تکذیب کردند و پیوسته آن را می‌خره می‌نمودند».

گناه به یک معنی لازم‌الاجراء انحراف در سبک زندگی است: انحراف در نوع خوراک، نوشیدنی، پوشاک، موسیقی، معماری، آرایش، دکوراسیون و امثال آن. قرآن می‌فرماید گناه به صورت تدریجی و آرام آرام موجب تکذیب آیات الهی و تمسک بر آن‌ها خواهد شد.

در دهه‌های قبل و در فرهنگ‌های پیشامدرن، سبک زندگی و تعداد سبک زندگی افراد چنان محدود بود که سبب می‌شد سبک زندگی یک شخص برای زندگی در هر فرهنگی تعریف شده باشد و همه افراد متعلق به فرهنگ‌های یکسان به سبک تقریباً مشابهی زندگی کنند. به عبارت دیگر، در جوامع سنتی انتخاب‌های مبتنی بر مصرف به شکل گسترده‌ای براساس طبقه، کاست، محیط روستا یا خانواده دیکته می‌شد اما با ظهور انقلاب صنعتی و مدرن شدن جوامع، تکنولوژی‌های نوینی روی کارآمدند و باعث تغییر در الگوهای سبک زندگی شدند. این تغییرات چنان پردامنه و وسیع بودند که تمام ابعاد اجتماعی - اقتصادی و

سیاسی را دربرگرفتند. بنابراین 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 بدون شک، یکی از منابع بسیار کارآمد دنیای مدرن برای تغییر سبک زندگی، رسانه‌ها هستند. برجسته‌تر شدن نقش رسانه‌ها نسبت به گذشته باعث شده‌اند که رسانه‌ها در بسیاری از سطوح فرهنگی، سیاسی و اجتماعی زندگی بشری تأثیرگذار باشند، به نحوی که در جهان امروزه، رسانه‌ها مهم‌ترین و تأثیرگذارترین ابزار زندگی بشری و از جمله عوامل تفکیک‌نشده از زندگی روزمره هستند.

یکی از ابعاد پیرامون زندگی توسط رسانه‌ها، القای نوع خاصی از سبک زندگی و مؤلفه‌های بنیادین آن یعنی اوقات فراغت افراد یک جامعه می‌باشد که این امر می‌تواند هم با معیارها و هنجارهای خاص جامعه مطابق باشد و هم با آن‌ها در تضاد باشد.

رشد تصاعدی فن‌آوری، توسعه رسانه‌ها، ارتباطات، سیطره رسانه‌های گروهی و فشارهای شدید تبلیغاتی، فرهنگی، اقتصادی و سیاسی برای جهانی شدن، سبک زندگی و اوقات فراغت را به ویژه در کشورهای در حال توسعه مانند ایران دستخوش تغییرات بسیاری کرده است.