
منشور اخلاق فردی - اجتماعی سبک زندگی در گام دوم انقلاب اسلامی با محوریت نامه ۶۹ نهج البلاغه

زینب طیبی^۱ (نویسنده مسئول)

سیده معصومه معنوی^۲

صفیه گرجی^۳

چکیده

سبک زندگی در منظومه فکری مقام معظم رهبری از جمله مسائل مهمی است که تمامی شئون زندگی انسان را در بر می‌گیرد. سبک زندگی نشان دهنده میزان نفوذ یک نظام، فرهنگ و تمدن در متن جامعه است. امام علی علیه السلام در نامه ۶۹ نهج البلاغه خطاب به همدان به روابط فردی اجتماعی اشاره کرده است؛ این در حالی است که بسیاری گمان می‌کنند که در متون دینی درباره سبک زندگی و تعامل با دیگران چیزی گفته نشده است و باید آن‌ها را از کتاب‌های غربی الگوبرداری کرد. این مسئله فاصله‌گیری از اسلام و عبور از خط قرمزهای

۱. استاد یار علوم و قرآن حدیث دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران. Ztayyebi62@gmail.com

۲. دانش آموخته سطح ۲ مدرسه علمیه الزهرا علیها السلام، بندرعباس. s.ahmadi_t@yahoo.com

۳. طلبة سطح ۲ مدرسه علمیه الزهرا علیها السلام، بندرعباس. s.ahmadi_t@yahoo.com

دین است. این مقاله به تبیین روابط فردی اجتماعی از دیدگاه نهج البلاغه با تکیه بر نامه ۶۹ پرداخته است و در پی پاسخ‌گویی به این سؤال است که رفتار فردی اجتماعی از دیدگاه نهج البلاغه چیست و مصادیق آن کدام است. روش تحقیق در مقام گردآوری کتابخانه‌ای - اسنادی و در مقام داوری توصیفی - تحلیلی است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که امام علیه السلام در بیان فضایل و رذایل اخلاقی فرقی بین امیر و رعیت قائل نیست. در این کتاب به تمام مسائل اعتقادی، عبادی، اخلاقی، اجتماعی، سیاسی، اقتصادی پرداخته شده است. از این رو می‌تواند به عنوان الگوی مطلوبی برای آحاد جامعه در هر زمانه‌ای باشد.

کلیدواژه‌ها: سبک زندگی، اخلاق اجتماعی، اخلاق فردی، نامه ۶۹ نهج البلاغه، گام دوم

انقلاب اسلامی.

مقدمه

سبک زندگی نشان دهنده میزان نفوذ یک نظام، فرهنگ و تمدن در متن جامعه است. همه تمدن‌های بشری و نظام‌های فکری برای حفظ بقای خود، تلاش می‌کنند تا سبک زندگی مشخصی به مردم ارائه دهند؛ زیرا تا اهداف یک نظام به سبک زندگی تبدیل نشود، آرمان‌هایش تحقق پیدا نمی‌کند. از این رو دشمنان انقلاب اسلامی و ملت ایران همواره در تکاپو برای ترویج سبک زندگی غربی در ایران اسلامی بوده‌اند و آسیب‌هایی را نیز وارد آورده‌اند که برطرف کردن این زیان‌ها نیازمند جهادی همه‌جانبه توسط جوانان است. مقام معظم رهبری در بیانیه گام دوم انقلاب اسلامی می‌فرماید:

«تلاش غرب در ترویج سبک زندگی غربی در ایران، زیان‌های بی‌جبران اخلاقی و اقتصادی و دینی و سیاسی به کشور و ملت ما زده است؛ مقابله با آن جهادی همه‌جانبه و هوشمندانه می‌طلبد که باز چشم امید در آن به شما جوان‌ها است». (بیانیه گام دوم انقلاب، ۱۳۹۷/۱۱/۲۲، <https://farsi.khamenei.ir/message-content?id=41673>).

سبک زندگی ناظر به مسائلی است که متن زندگی انسان را در دنیا شکل می‌دهد. امروز با گسترش وسایل ارتباط جمعی و تبدیل جهان به «دهکده جهانی» سبک زندگی افراد دچار تحول گردیده است؛ عواملی همچون فاصله گرفتن از زمان وحی، تهاجم فرهنگی، و لنگاری فرهنگی و... می‌تواند باعث کم‌رنگ شدن بسیاری از آموزه‌های دینی در شیوه زندگی افراد شود و این سبک زندگی، انسان را از رسیدن به کمال بازمی‌دارد؛ پس برای رسیدن به تعالی لازم است؛ بنابر دستور پیامبر ﷺ: «إِنِّي تَارِكٌ فِيكُمْ التَّقْلِينَ مَا إِن تَمَسَّكُمْ بِهِمَا لَنْ تَضِلُّوا بَعْدِي كِتَابَ اللَّهِ وَ عَثْرَتِي أَهْلَ بَيْتِي وَ إِهْمَا لَنْ يَفْتَرِقَا حَتَّى يَرِدَا عَلَيَّ الْخَوْضَ» (دیلمی، ۱۴۱۲هـ، ۱۳۱) مبنی بر رجوع به قرآن و سنت، می‌بایست به نهج‌البلاغه که منبعی غنی برای راهنمایی بشر برای رسیدن به کمال و سعادت است، رجوع کرد. روش تحقیق به صورت توصیفی - تحلیلی بوده و به منظور گردآوری داده‌های لازم جهت دستیابی به اهداف پژوهش از نهج‌البلاغه و شرح‌های موجود و کتاب‌های اخلاقی استفاده شده است. در این رابطه (ارفع، سیدکاظم،

۱۳۹۰) کتابی تحت عنوان «حدیث زندگی» نگاشته که در آن به شرح حکمت‌های نهج‌البلاغه پرداخته است. همچنین در کتاب «راز خوشبختی» (بیستونی، محمد، ۱۳۸۵) نویسنده به عوامل خوشبختی از دیدگاه قرآن و نهج‌البلاغه اشاره نموده است. در کتابی تحت عنوان «نهج‌البلاغه موضوعی» به فضایل و رذایل اخلاقی مبنی بر نظر علی علیه السلام پرداخته است (عزیزی، عباس، ۱۳۸۱). پیرامون این موضوع مقالاتی همچون: «تبیین سبک زندگی مؤمنانه بر اساس خطبه ۹۳ نهج‌البلاغه» (معینی پور، مسعود، ۱۳۹۴) به بررسی شاخصه‌های مؤمنانه در عرصه زندگی عقلانی، اخلاق و رفتاری پرداخته است؛ و همچنین (پور محمد، محسن، ۱۳۹۵) ایشان به بررسی آسیب‌های سبک زندگی اسلامی از دیدگاه قرآن و نهج‌البلاغه در مقاله‌ای با همین عنوان پرداخته است؛ ولی تاکنون مقاله‌ای که صرفاً به بررسی مسائل اخلاق فردی اجتماعی در نامه «۶۹» نهج‌البلاغه باشد یافت نشده یا از چشم نویسندگان پنهان مانده است. این مقاله در راستای منویات مقام معظم رهبری درباره سبک زندگی اسلامی در گام دوم انقلاب اسلامی، به دنبال یافتن پاسخی برای این پرسش است که: اخلاق فردی اجتماعی از دیدگاه نهج‌البلاغه چیست؟ مصادیق اخلاق فردی اجتماعی کدام‌اند؟ در جامعه کنونی اصلاً نیازی به اخلاق اسلامی در سبک زندگی احساس می‌شود یا خیر؟ مفاهیم بیان‌شده در نامه ۶۹ نهج‌البلاغه می‌تواند پاسخگوی نیازهای اخلاق فردی اجتماعی باشد؟

برای دریافت درست اندیشه‌های امام علی علیه السلام در مورد سبک زندگی بهتر است ابتدا مفاهیم موضوع مورد بررسی قرار بگیرد.

الف) مفهوم‌شناسی

۱. اخلاق

اخلاق در لغت جمع «خُلُق» است و در عربی به معنای قوا، سجایا و صفات درونی است که با چشم دل دیده می‌شود. (راغب اصفهانی، ص ۱۵۹) و خُلُق همان حالت نفسانی

است که انسان را به انجام کارهایی بدون نیاز به تفکر و اندیشه دعوت می‌کند (مسکویه رازی، ۱۳۷۱، ص ۵۱).

از نظر مفهومی اخلاق، بیان‌گر سرشت‌ها، خصوصیت‌ها و مجموعه صفات روحی و باطنی انسان گفته می‌شود. محور و موضوع علم اخلاق، «انسان» و رفتارها و حالات او است. شناخت فضایل اخلاقی و رذایل اخلاقی نیز، گاهی در قلمرو حالات و رفتار شخصی انسان است، گاهی در ارتباط با دیگران، به نام «اخلاق فردی» و «اخلاق اجتماعی» شناخته می‌شود.

اخلاق فردی: یعنی کارهایی که به خود شخص مربوط می‌شود و در انجام آن‌ها اصالتاً رابطه با خدا منظور نیست؛ مانند شکم‌بارگی و شهوت‌رانی.

اخلاق اجتماعی: محور اصلی اخلاق اجتماعی ارتباط انسان با دیگران است و بر اساس معاشرت با افراد و زندگی اجتماعی پدید می‌آید. مثل احسان به دیگران، احترام یا توهین به دیگران (مکارم شیرازی، ۱۳۸۴، ص ۷۴۱).

۲. سبک زندگی

واژه سبک زندگی از کلماتی است که در چند دهه اخیر وارد فرهنگ زبان فارسی شده است؛ در زبان انگلیسی از واژه (Style Life) استفاده می‌شود. در لغت‌نامه وبستر^۱، واژه «سبک زندگی» به معنای تطابق با معیار و شیوه‌ای برازنده و مناسب توصیف شده (سیمپسون، ۱۹۸۹) و در لغت‌نامه آکسفورد^۲ آن را به معنای روش خاصی از زندگی یک شخص یا گروه تعریف شده است (سیمپسون، ۱۹۸۹). در زبان عربی واژه «سبک» از مصدر ثلاثی مجرد، به معنی «گداختن و قالب‌گیری کردن زر و نقره» اخذ شده است (زمخشری، مقدمه الاداب متن، ص ۹۹)؛ اما امروزه از معادل «اسلوب» برای معنای سبک بهره می‌برند.

1. Webster Dictionary

2. Oxford Advanced Learner's Dictionary

در زبان فارسی، این کلمه به معنای مورد نظر تا این اواخر کاربردی نداشته، همچنان که اصل بحث سبک‌شناسی هم مربوط به دوره معاصر است.

سبک زندگی شامل اموری است که به زندگی انسان، اعم از بعد فردی، اجتماعی، مادی و معنوی مربوط هست؛ اموری نظیر بینش‌ها و گرایش‌ها که ذهنی و درونی هستند و امور بیرونی اعم از اعمال هوشیارانه و نا هوشیارانه، حالات و وضعیت جسمی، فرهنگ، فعالیت‌های اقتصادی، موقعیت‌های اجتماعی و دارایی‌ها که اموری عینی می‌باشند (فعال، ۱۳۹۷، ص ۱۳۴).

ب) مؤلفه‌های سبک زندگی

یکی از راه‌هایی که می‌توان به درک بهتری از مفهوم «سبک زندگی» از نظر اندیشمندان مختلف دست‌یافت، بررسی عناصر و مؤلفه‌هایی است که ایشان برای سبک زندگی برشمرده و یا در تحقیقات خود از آن‌ها به‌عنوان شاخص بهره برده‌اند. در این جا منظور از مؤلفه اموری است که مصداق عینی سبک زندگی محسوب می‌شوند. برخی از عناصری که اندیشمندان در آثار خود از آن‌ها یاد کرده‌اند، عبارت‌اند از: شیوه و نوع تغذیه، خودآرایی (نوع پوشاک و پیروی از مد)، نوع مسکن (آرایه‌گری، معماری و اثاثیه)، نوع وسیله حمل‌ونقل، شیوه‌های گذران اوقات فراغت و تفریح، الگوی مصرف، نحوه صحبت کردن، نگرش‌ها و الگوهای مربوط به فرهنگ مانند عقلانیت، دین، خانواده، میهن‌پرستی، آموزش، هنر، موسیقی و ورزش، استفاده از فناوری، سلیقه‌های ورزشی، تفاوت‌های دینی و چشم‌اندازهای اخلاقی، ارزش‌های سیاسی، الگوهای زندگی خانوادگی، روابط زناشویی و تربیت کودک، تحصیلات و سایر مؤلفه‌ها (مهدوی کنی، ۱۳۸۶، ص ۱۹۹ - ۲۳۰). امروزه در جوامع مختلف سبک زندگی‌های گوناگونی بر اساس روش زندگی، عادات، رسوم و گرایش مذهبی تعریف شده و هر یک از این سبک‌ها اصول و قواعد ویژه خود را دارا هستند. به نظر می‌رسد دو موضوع مهم در تعریف سبک زندگی در جوامع مختلف تأثیر بسیار ویژه‌ای دارند که عبارت‌اند از: روش زندگی در بعد مادی آن و جهان‌بینی و ایدئولوژی یعنی نحوه نگرش

انسان به مبدأ و منتهای هستی. بر همین اساس موارد متعددی از انواع سبک زندگی مانند سبک زندگی شرقی، سبک زندگی غربی، سبک زندگی دینی، سبک زندگی مدرن (مدرنیته، مدرنیسم)، سبک زندگی سنتی، سبک زندگی قرآنی، سبک زندگی اسلامی، سبک زندگی ایرانی - اسلامی و سایر انواع سبک زندگی تعریف شده است (رستمی، ۱۳۹۷، ص ۱۵). در این نوشتار سعی شده است اخلاق فردی اجتماعی در سبک زندگی از دیدگاه نهج البلاغه مورد بررسی قرار گیرد.

۱. اخلاق فردی

اولین گام در بحث اخلاق، خودشناسی فردی است. فضائل و رذایل مربوط به سبک زندگی فردی انسان‌ها، فارغ از ارتباط اجتماعی است. هر انسانی نسبت به خود وظایفی دارد. تقویت فضائلی مثل صبر، قناعت و محو رذایلی مانند عُجب و تفکر که در این مجال به آن‌ها پرداخته می‌شود.

یکم: تفکر و اندیشیدن

انسان موجودی متفکر است و جب از طریق اندیشه‌ورزی قادر به حل مشکلات خویش نیست و تدبیر باعث می‌شود انسان از سطحی‌نگری به ژرف‌اندیشی برسد؛ و با تفکر بتواند به مشکلات فائق آید. فکر فعالیت و تکاپوی ذهنی که به وسیله آن آدمی خود را از آنچه نمی‌داند به آنچه می‌داند می‌رساند. این فعالیت ذهنی به منظور تبدیل مجهول به معلوم و گاه همین‌که مجهولی معلوم شد آن معلوم به دست آمده را مقدمه برای کشف مجهولات قراردادده و به همین شکل معلومات خود را بسط می‌دهد. (رضانیا، ۱۳۹۳، ص ۲۲). همچنین اگر شخص در وادی تفکر قرار بگیرد می‌تواند به شکل احسن خود را از ورطه گناهان نجات دهد؛ زیرا که به عاقبت اعمال می‌اندیشد و خود را در باتلاق گناه غوطه‌ور نمی‌کند.

نهج البلاغه از اندیشه و خیال و عاطفه نشانه‌هایی دارد تا هنگامی که انسان باقی است و

از خیال و عاطفه و اندیشه برخوردار است (خامنه‌ای، ۱۳۷۲، ص ۲۸). کیفیت تفکر به این صوت است که آدمی در هر ساعت از شبانه‌روز ساعتی اخلاق باطنی و ظاهری خود را تفحص کند و احوال دل و جوارح خود را تجسس نماید (نراقی، ۱۳۷۶، ص ۱۶۳). علی علیه السلام می‌فرماید: «**الْعِلْمُ وَرَأْيُهُ كَرِيمَةٌ، وَ الْأَدَابُ حُلْلٌ مُجَدَّدَةٌ، وَالْفِكْرُ مِرَاةٌ صَافِيَةٌ**» (سیدرضی، حکمت ۵) دانش میراثی است شریف. فرهنگ پیشرو، آرایش‌هایی است در حال نوبه نو شدن و اندیشه آینه‌ای است روشن.

ارث درآمدی است که بی‌زحمت حاصل می‌آید دانشی را نیز که انسان از استاد فرامی‌گیرد شبیه ارث است؛ ولی تفسیر اول مناسب‌تر به نظر می‌رسد. در دومین جمله می‌فرماید: «آداب (انسانی)، لباس زیبا و کهنگی ناپذیراست» منظور از «آداب» فضایل اخلاقی مخصوصاً چیزهایی است که مربوط به روابط اجتماعی هست مانند تواضع، امانت، محبت، خوش‌رفتاری، فصاحت و بلاغت در بیان.

«حُلْلٌ» جمع «حُلَّة» به معنای لباس زینتی است. «مُجَدَّدَةٌ» به معنای چیزی است کهنه نخواهد شد. بر این پایه، مفهوم کلام امام علیه السلام چنین است که این صفات برجسته انسانی همچون لباس‌های زیبایی است که آدمی در تن می‌کند و هرگز فرسوده نمی‌شود برخلاف لباس‌های ظاهری که هم کهنه می‌شود و هم ممکن است دست سارقان به آن دراز شود و هم جنبه ظاهری دارد و در اعماق وجود انسان تأثیرگذار است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۵). این چنین است اگر آدمی سبک زندگی که مبنای آن گفتار امام علی باشد را داشته باشد قطعاً به سمت وسوی متعالی سوق داده می‌شود.

دوم: شکرگزاری نعمت‌ها

شکرگزاری در برابر نعمت‌های الهی یکی از مهم‌ترین و برجسته‌ترین خصوصیت‌های یک انسان باایمان هست و از کمالات عالیه هر انسان به شمار می‌آید. انسان با کفران نعمت و در نظر نگرفتن برکاتی که از جانب خدا بر او نازل می‌شود باعث خروج نعمت‌ها از زندگی خود می‌شود. رفتار و سبک زندگی امام همام حضرت علی سرتاسر شکرگزاری به

درگاه خدا بوده است (بردبار، ۱۳۹۴، ص ۹۷).

حضرت در اهمیت این موضوع می‌فرمایند: «إِذَا وَصَلَتْ إِلَيْكُمْ أَطْرَافُ النِّعَمِ، فَلَا تُنْفِرُوا أَقْصَاهَا بِقِلَّةِ الشُّكْرِ» (نهج البلاغه، حکمت ۱۳). چون نشانه‌های نعمت پروردگار آشکار شد، با ناسپاسی نعمت‌ها را از خود دور نسازید. امام علیه السلام در این سخن حکمت‌آمیز به نکته دیگری درباره آثار شکر نعمت و آثار کفران بیان می‌کند و می‌فرماید: «هنگامی که مقدمات نعمت‌ها به شما روی می‌آورد دنباله آن را به واسطه کمی شکرگزاری از خود دور نسازید» نعمت‌ها مانند گروه‌های پرندگان است که وقتی تعدادی از آن‌ها بر شاخه درختی نشستند بقیه تدریجاً به دنبال آن‌ها می‌آیند و شاخه‌ها را پر می‌کنند؛ ولی اگر گروه‌ها و صدای ناهنجار و حرکت ناموزونی بشنوند یا ببینند فرار نعمت‌ها غالباً به صورت تدریجی بر انسان وارد می‌شود و وظیفه انسان هوشیار این است که به استقبال نعمت برود و استقبال از آن راهی جز شکرگزاری ندارد. هرگاه با آغاز روی آوردن نعمت به شکر قلبی و زبانی و عملی بپردازد ادامه خواهد یافت و تا پایان آن نصیب می‌کند و بقیه هم به دنبال آن‌ها می‌روند و صحنه از وجودشان خالی می‌شود. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۵). همچنین بسیاری از نعمت‌ها به صورت تدریجی زوال می‌پذیرند؛ هرگاه انسان در آغاز زوالش هوشیار باشد و به شکر قلبی و زبانی و عملی بپردازد مانع بازگشت و زوال تدریجی آن می‌شود.

این سخن در اصل برگرفته از قرآن مجید است که می‌فرماید: «وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَ لَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ» (نعمت خویش را) بر شما خواهم افزود و اگر ناسپاسی مجازاتم شدیداست» (ابراهیم، ۷). قرآن مجید سرگذشت بسیار عبرت‌آموزی از قوم سبأ نقل می‌کند که خداوند نعمت بسیار وافر به آن‌ها داد و فرمود: «كَلُوا مِنْ رِزْقِ رَبِّكُمْ وَ اشْكُرُوا لَهُ بَلَدَةٌ طَيِّبَةٌ وَ رَبُّ غَفُورٌ» (سبأ، ۱۵). از روزی پروردگارتان بخورید و شکر او را به جا آورید؛ شهری پاک و پاکیزه در اختیار شماست پروردگاری بس آمرزنده. ولی آن‌ها به کفران پرداختند و سد عظیمی که سبب آبادی کشور آن‌ها شده بود بر اثر سیلاب و عوامل دیگر درهم شکسته و تمام آبادی و باغ‌ها و مزارع ویران شد به‌گونه‌ای که نتوانستند در آن جا بمانند

و ناچار در اطراف متفرق شدند. قرآن در این جا می‌افزاید: «ذَلِكَ جَزَيْنَاهُمْ بِمَا كَفَرُوا وَهَلْ نُجَازِيهِ إِلَّا الْكُفُورَ» (سبأ، ۱۷) این کیفر را بر اثر کفرانشان به آن‌ها دادیم و آیا جز کفران‌کننده را کیفر می‌دهیم» در این جا دو سؤال باقی می‌ماند: نخست این که حقیقت شکر چیست؟ شکر سه مرحله دارد: مرحله قلبی که انسان از نعمت‌های خدا خشنود و راضی و سپاسگزار باشد و مرحله زبانی که آنچه را درون قلب اوست بر زبان جاری سازد؛ ولی از همه مهم‌تر مرحله عملی شکر است و آن به‌طور شفاف این است که از نعمت‌های الهی درست به رهبرداری کند و اهداف این مواهب را در نظر گیرد و به سوی آن اهداف حرکت کند؛ اگر خدا عقلی برای درک نیکو بدی‌ها و داده از این عقل در مسیر شیطننت استفاده کند و اگر او را مشمول موهبت آزادی کرده از این آزادی برای پیشرفت و تکامل بهره‌گیرد نه در مسیر بی‌بندوباری و گناه و فساد همچنین در مورد اعضای بدن که هر کدام موهبتی عظیم است و در مورد مال، ثروت، فرزند و همسر. بسیار اند کسانی که شکر قلبی و زبانی دارند؛ ولی در مرحله شکر عملی مقصرند. اگر در مفهوم شکر به آن‌گونه که در بالا گفته شد دقت کنیم فلسفه آن نیز روشن می‌شود، زیرا این مواهب مال ما نیست، از سوی دیگری است و آن را برای اهداف خاصی آفریده و اگر در غیر آن اهداف به کار گرفته شود خیانت در آن نعمت است. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۵). در سبک زندگی امیرالمؤمنین کسانی که نعمت‌های الهی را ضایع می‌کنند و در غیر اهداف آن مصرف می‌نمایند در واقعاً اهانتی به ساحت قدس پروردگار کرده‌اند و از این جهت درخور عقوبت هستند.

سوم: تلخی‌ها و ناخوشی‌های زندگی

بر اساس تجربیات توانایی حل مسئله و رسیدن به اهداف و تسلط بر رویدادهای زندگی بسیار محدود و ناچیز است در این‌گونه موارد اگر اعتماد و تکیه به خداوند نباشد نمی‌توانیم به تنهایی بر موانع پیروز شویم. صبر و ایثار در یک سبک زندگی ایده آل بسیار مورد توجه قرار دارد؛ و این صفت عظیم روح شخص را تعالی می‌بخشد؛ و عمق ایمان انسان در سختی‌ها و تلخی‌های زندگی آشکار می‌شود. اغلب افرادی که درمانده و ناتوان می‌شوند به این دلیل

است که انعطاف ناپذیرند و برای حل مشکلات فقط از یک راه استفاده می‌کنند و چون این راه حل تأثیر ندارد احساس شکست می‌کنند (خطیب، ۱۳۹۶، ص ۷۴). حضرت امیر برای دعوت به امیدواری و گشایش بعد هر سختی در کلام خود فرموده‌اند: «عِنْدَ تَنَاهِي السِّدَّةِ، تَكُونُ الْفَرْجَةُ؛ وَ عِنْدَ تَضَائِقِ حَلَقِ الْبَلَاءِ، يَكُونُ الرَّخَاءُ» (نهج البلاغه، حکمت ۳۵۱). چون سختی‌ها به نهایت رسد، گشایش پدید آید و آن هنگام که حلقه‌های بلاتنگ گردد آسایش فرارسد. این حقیقت برای ما روشن است که عاقبت گرفتاری‌ها راحتی و استراحت است. به همین دلیل انسان هرگز نباید به هنگام هجوم مشکلات و درد و رنج‌ها مأیوس گردد و دست‌به‌کارهای نامعقول بزند و یا زبان به ناشکری بگشاید و بی‌تابی کند، بلکه پیوسته امیدوار باشد که به دنبال این شدت‌ها و تنگی حلقه‌های بلا گشایش حاصل می‌شود، طوفان بلا فرومی‌نشیند و ابرهای نومیدی کنار می‌رود و آفتاب شفاف امید آشکار می‌گردد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۵).

بسیار می‌شود که این سختی‌ها و تنگی حلقه بلاها آزمون الهی و مقدمه‌ای است برای ترفیع مقام انسان. در حالات انبیای الهی نیز این مطلب بسیار دیده می‌شود؛ نمونه روشن آن زندگی ایوب علیه السلام است. این پیامبر دارای همه امکانات، زن، فرزند و زندگی مناسب بود؛ اما خدا در آزمونی سخت یکی را پس از دیگری از او گرفت و او همچنان صبر کرد. سرانجام دست به دعا برداشت و از پیشگاه پروردگار تقاضای گشایش کرد (مکارم شیرازی، ۱۳۷۵).

بی‌شک این کلام حکمت‌آمیز پیام‌های متعددی دارد: از یک سو پیام امید به همراه خود دارد و از سوی دیگر جلوی بی‌تابی‌ها و جزع را می‌گیرد و از سوی سوم به رهروان راه حق نوید می‌دهد که اگر صبر و استقامت پیشه کنند و با مشکلات به مبارزه برخیزند سرانجام امداد الهی و فرج بعد از شدت به سراغ آنان خواهد آمد. این نکته را نیز می‌توان از این کلام شریف و از سایر روایات اسلامی استفاده کرد که برطرف شدن مشکلات گاه نیاز به زمان دارد که اگر انسان پیش از رسیدن وقت آن زیاد دست و پا بزند مشکلی بر مشکلات خود می‌افزاید. (مکارم شیرازی، ۱۳۷۵)

چهارم: خشم

خشم حالتی است وقتی بر انسان عارض می‌شود حالات روحی و جسمی‌اش تغییر می‌کند و انسان همچون حیوانی درنده و شیطانی می‌شود. در رابطه با قوه غضب باید گفت: قوه غضب یکی از نیازهای حیاتی انسان است. بدون غضب نمی‌توان از مهلکه رها شد و خطرات را از خود دفع نمود؛ بنابراین ریشه‌کن کردن خشم از وجود آدمی نه ممکن است و نه لازم. تنها وظیفه‌ای که داریم و انجامش ممکن است این است که قدرت وصولتش را در هم بشکنیم تا به فرمان عقل گردن نهد و بیهوده آتش افروزی نکند. درون را دچار آشوب و بیرون را آشفته نسازد و به مرتبه لایق خود یعنی تحت هدایت عقل و شرع آن جا که شعله غضب لازم است بروز کند و در هر جا حلم لازم است خاموش باشد و عقب بنشیند (محمدی، ۱۳۸۹، ص ۲۲). در سبک زندگی امام از انتقام خبری نیست و امام سفارش می‌نمایند که از انتقام پرهیزید «مَنْ أَسْفَى غَيْظِي إِذَا غَضِبْتُ؟ أَمْ حِينَ أَعْجَزُ عَنِ الْإِنْتِقَامِ، فَيَقَالَ لِي لَوْ صَبَرْتُ؛ أَمْ حِينَ أَقْدِرُ عَلَيْهِ، فَيَقَالَ لِي لَوْ عَفَوْتُ؟» (نهج البلاغه، حکمت ۱۹۷).

امام علیه السلام در این گفتار حکیمانه‌اش به ترک انتقام و در پیش گرفتن روش صبر و عفو دعوت می‌کند و می‌فرماید: «من کی آتش خشمم را فرونشانم آیا هنگامی که از انتقام ناتوانم که به من می‌گویند: اگر صبر کنی (تا توانا شوی) بهتر است یا هنگامی که قادر بر انتقامم که به من گفته می‌شود: اگر عفو کنی بهتر است»؛ «مَنْ أَسْفَى غَيْظِي إِذَا غَضِبْتُ؟ أَمْ حِينَ أَعْجَزُ عَنِ الْإِنْتِقَامِ فَيَقَالَ لِي لَوْ صَبَرْتُ؟ أَمْ حِينَ أَقْدِرُ عَلَيْهِ فَيَقَالَ لِي: لَوْ عَفَوْتُ» این یک واقعیت است که انسان خشمگین در برابر ظلم و ستمی که بر او می‌رود دو حالت دارد: گاه می‌خواهد انتقام بگیرد؛ اما توان آن را ندارد و چه بسا به پرخاشگری و گفتن سخنان درشت و تهدید شخص ظالم برخیزد و گاه با او گلاویز شود اما هنگامی که ناتوانی خود را می‌بیند عقب‌نشینی می‌کند. در این هنگام همه به او می‌گویند: اگر می‌خواهی انتقام بگیری بگذار توانایی پیدا کنی و این‌گونه که مایه رسوایی و آبروریزی است به میدان دشمنت مرو، بنابراین در چنین حالتی مردم، او را به صبر و شکیبایی دعوت می‌کنند؛ اما اگر توان بر انتقام داشته

باشد و طرف مقابل در برابر ضعیف و ناتوان گردد همین که دست به انتقام بلند می‌کند مردم به او می‌گویند: شایسته است عفو کنی که زکات قدرت عفو است. به این ترتیب در هیچ حال، انتقام جویی عاقلانه و صحیح نیست (مانیان، سایت راسخون).

امام علیه السلام با این تعبیر لطیف می‌خواهد مردم را به ترک انتقام فراخواند همان چیزی که آتش‌هایی بر می‌فرورد و گاه سرچشمه جنگ‌های خونین و گسترده و دامنه‌دار می‌شود. البته عفو و گذشت در مورد کسانی است که از عفو سوءاستفاده نکنند و بر جنایات خود نیفزایند. هنگامی که خشمگین می‌شوم چه وقت باید انتقام‌گیرم و خشم خود را فرونشانم، هنگامی که از انتقام گرفتن ناتوانم، به من گفته می‌شود خوب است شکیباشی و هنگامی که توان آن را دارم، به من گفته می‌شود خوب است عفو کنی» (مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۵). گفته شده است که عقل چون آینه صافی است که خشم آن را تیره می‌گرداند، همان‌گونه که آینه با سرکه زنگار می‌گیرد و در آن صورت، تصویر خوبی و بدی در آن پایدار نیست (ابن ابی الحدید، ج ۸، ۱۳۷۵، ص ۴).

پنجم: عجب و تکبر

عجب به معنای خویشتن‌بینی و خودپسندی است. در اخلاق عجب به این معناست که انسان عمل خود را بزرگ بشمرد و فراوان بداند و به سبب آن شادمان شده و باخدای خود ناز و دلال کند تا آن جا که خود را از حد تقصیر بیرون ببیند. خداوند متعال در قرآن کریم نیز با استفاده از تعابیری چون: تزئین عمل، خودستایی، گمان به خوب عمل کردن، از زشتی خصلت عجب برداشته و فرموده است: آیا کسی که عمل بدش (به وسیله هواهای نفسانی خودش و وسوسه‌های شیطان) برایش زیبا نشان داده شد و آن را نیکو می‌پندارند (کهف: ۱۰۴). عجب و کبر همواره محصول امتیازات مادی و ظاهری نیست بلکه گاهی خودخواهی باعث می‌شود که امتیازات معنوی نیز اثرات غرورآفرین خطرناکی به همراه داشته باشد که رهایی از آن بسی دشوار است. این نوع آفت برخلاف سایر مظاهر خودخواهی گریبان‌گیر خواص و صاحبان فضیلت است و در میان طبقه عالم کمتر مصداق دارد (مؤسسه فرهنگی

هنری قدر ولایت، ۱۳۹۳، ص ۴۸۶). «سَيِّئَةٌ تَسُوُّكَ، خَيْرٌ عِنْدَ اللَّهِ مِنْ حَسَنَةٍ تُعْجِبُكَ» (سید رضی، حکمت ۴۶). گناهی که تو را زشت نماید نزد خدا بهتر است از کار نیکی که پسندت آید.

امام علیه السلام در مورد بلای عجب در سخنی کوتاه و پرمحتوا به چنین نکات مهمی اشاره می‌فرمایند؛ که در سبک زندگی انسان و رسیدن به سوی خدا بسیار تأثیرگذار است: «کار بدی که تو را ناراحت و (پشیمان) می‌سازد نزد خدا بهتر است از کار نیکی که تو را مغرور می‌کند»؛ مقصود امام از بدی و گناهی که تو را غمگین سازد، عملی مانند گناهی است که از انسان سر می‌زند، در نتیجه او پشیمان شده و نسبت به انجام آن کار غمگین می‌شود و مقصود از عمل نیک که انسان را به خودبینی وادارد، امثال نماز و یا صدقه‌ای است که بدان وسیله خودبینی و غرور حاصل می‌شود؛ اما این‌که چنان گناه و بدی در نزد خدا بهتر از این نیکی است، از آن رو است که پشیمانی که به دنبال بدی می‌آید گناه را از بین می‌برد، در صورتی که آن خوبی که در پی آن خودخواهی است با نابودسازی و محو کردن نیکی دارای اثر بد و پستی است که صفحه دل را سیاه می‌سازد؛ بنابراین آن بدی سهل‌تر و در نزد خدا بهتر است. (ابن میثم، ۱۳۷۵) قطعاً عجب و تکبر در یک سبک زندگی روشمند و اصولی جایگاهی ندارد و عجب و تکبر مورد نکوهش امام قرار دارد.

ششم: قناعت

قناعت از ماده قنع، به معنای راضی و خرسند به آنچه به او داده‌اند، بدون سؤال (غیاثی، ۱۳۸۹، ص ۳۵۳). کسی می‌تواند قانع باشد که به آنچه موجود است راضی باشد هنگامی انسان از چیزی راضی می‌شود که آن را کافی بداند. کفایت شرط رضایت است. یکی از عوامل این پدیده، مقایسه صعودی است. مقایسه صعودی ناکافی بودن را به همراه می‌آورد، چون موجب ناچیز شماری داشته‌ها می‌گردد؛ اما مقایسه نزولی، منجر به احساس کافی بودن می‌شود چون داشته‌های زندگی را نمایان می‌سازد. ثمره مقایسه نزولی نشان دادن کفایت روزی است وقتی کفایت روزی خدا آشکار شد، انسان به هرچه هست راضی می‌شود

و بدین سان، قناعت شکل می‌گیرد. قناعت بسنده کردن به آنچه هست و راه رسیدن به آن مقایسه نزولی است. (پسنیدیه، ۱۳۸۴، ص ۱۳۵-۱۳۴).

امام علیه السلام در اهمیت قناعت در سبک زندگی فرموده‌اند: «الْقَنَاعَةُ مَالٌ لَا يَنْفَدُ». قناعت ثروتی است که از میان نرود. (نهج البلاغه، حکمت ۵۷). «گنج پایان‌ناپذیر» امام علیه السلام در این جمله کوتاه و حکیمانه به نکته مهمی درباره قناعت اشاره کرده، می‌فرماید: «قناعت ثروتی است پایان‌ناپذیر» مال و ثروت، مهم‌ترین وسیله برای زندگی مادی است که انسان به کمک آن به تمام خواسته‌های ضروری و رفاهی خود می‌رسد و حتی وسیله‌ای است برای رسیدن هوس‌بازان به هوس‌هایشان؛ اما این مال و ثروت هر قدر زیاد باشد بازهم پایان‌پذیر است به همین دلیل بسیار دیده‌شده جوانانی که از پدرانشان مال و ثروت هنگفتی به ارث می‌برند ولی بعد از مدتی همه آن را در راه شهوات و عیش و نوش و شراب و قمار و مانند آن تلف کرده و به روز فلاکت باری گرفتار می‌شوند و حتی اگر انسان ثروتش را در راه‌های غلط مصرف نکند؛ اما زندگی را بسیار مرفه سازد اموال رو به فنا می‌روند. در این جا امام علیه السلام ما را متوجه یک سرمایه معنوی، درونی و ذاتی می‌کند که هرگز پایان نمی‌گیرد و آن، روح قناعت است. افراد قانع زندگی ساده و بی‌تکلف خود را به راحتی می‌توانند تأمین کنند و معمولاً تهی دست نخواهند شد؛ زیرا اداره کردن یک زندگی ساده با یک کسب‌وکار ساده نیز امکان‌پذیر است در حالی که زندگی‌های پر زرق و برق روز به روز گسترده‌تر و پرهزینه‌تر می‌شود و حدّ توقفی ندارد و به همین دلیل حریصانی که به قناعت پشت کرده‌اند هرچه به دست آورند آن‌ها را راضی نمی‌کند اما قانعان همیشه از زندگی خود راضی‌اند. (ابن میثم، ۱۳۷۵).

کسی که به هرآن چه خداوند به او عطا کرده قانع نباشد، همواره حرص و آز دنیا را دارد و چشم‌وهم‌چشمی و در نتیجه ممکن است به خواسته‌های خود نرسد، اینجاست که دچار انواع بیماری‌های روحی و روانی شده و از هدف خود که یک سبک زندگی باکیفیت هست، دور می‌شود.

۲. اخلاق اجتماعی

اخلاق اجتماعی آن دسته از اخلاقیات است که تحقق آن‌ها مشروط به وجود دیگران؛ و در ارتباط با آنان است؛ مواردی چون کمک به دیگران، امانت‌داری، تکبر و غرور را می‌توان در زمره اخلاق اجتماعی برشمرد. در نهج البلاغه به موارد فراوانی برمی‌خوریم که امام به فضایل اخلاقی اجتماعی سفارش یا از رذایل اجتماعی نهی کرده است. در این جا به عنوان نمونه به چند مورد اشاره می‌شود.

یکم: وفای به عهد و پیمان

یکی از عالی‌ترین فضائل اخلاقی که در سبک زندگی عهد و پیمان است. کلمه وفا در لغت از ریشه «وفی» است. به معنی وفادار بودن به عهد و پیمان الهی و عهد و پیمان با مردم در هر حالی است (راغب اصفهانی، ص ۸۷۸) و (قاموس القرآن، ۱۳۷۱، ص ۲۳۰).

همیت وفای به عهد آن قدر زیاد است به طوری که آن را یکی از شرایط اساسی ایمان می‌داند. **قَالَ عَلِيٌّ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «اعْتَصِمُوا بِالذِّمَمِ فِي أَوْتَادِهَا».** (نهج البلاغه، حکمت ۱۴۷) میخ‌های عهد و پیمان‌ها را بگیرید (در حفظ و وفای به آن‌ها بکوشید، یا آن‌که شرایط عهد و پیمان را محکم و استوار نمایید، یا با وفادار پیمان بندید نه با کسی که شایسته نیست مانند کفار و منافقین؛ زیرا ایشان به عهد خود وفا نمی‌کنند). از دیدگاه ایشان وفای به عهد، عامل همبستگی و الفت؛ امنیت و سیادت نظام‌ها و حکومت‌ها و بنیاد دین‌داری است. این اصل در سبک زندگی امام فرقی بین مسلمین، بیگانگان و کفار نمی‌گذاشت و همیشه رعایت می‌کردند؛ می‌فرمودند: پیمان‌شکنی و ارج نهادن به تعهدات آزارزبان بار و مخربی را به دنبال خواهد داشت. (وصالی، ۱۳۸۵، شماره ۱۸) نیز در نامه تاریخی خود به مالک اشتر فرمان می‌دهد که اگر به دشمن خود هم وعده‌ای داده‌ای، باید به پیمان خود وفا کنی؛ می‌فرماید: **«وَ إِنْ عَقَدْتَ بَيْنَكَ وَ بَيْنَ عَدُوِّكَ عُقْدَةً أَوْ أَلْبَسْتَهُ مِنْكَ ذِمَّةً فَحُظِّ عَهْدَكَ بِالْوَفَاءِ وَ أَرْعَ ذِمَّتَكَ بِالْأَمَانَةِ وَ اجْعَلْ نَفْسَكَ جُنَّةً دُونَ مَا أُعْطِيتَ فَإِنَّهُ لَيْسَ مِنْ فَرَائِضِ اللَّهِ شَيْءٌ النَّاسُ أَشَدُّ عَلَيْهِ اجْتِمَاعاً مَعَ تَفَرُّقِ أَهْوَائِهِمْ وَ تَشْتُّتِ آرَائِهِمْ مِنْ تَعْظِيمِ الْوَفَاءِ بِالْعُهُودِ»**

(زمانی، ۱۳۶۹، نامه ۵۳). اگر بین خود و دشمنت پیمانی بستنی و یا تعهد کردی که به او پناه دهی، جامه وفا را بر عهد خود بپوشان و تعهدات خود را محترم بشمار و جان خود را سپر تعهدات خویش قرار ده؛ زیرا مردم، با همه خواسته‌های گوناگون و آرای پراکنده‌ای که دارند، نسبت به هیچ فریضه‌ای از فرایض الهی همچون بزرگ شمردن وفای به پیمان سخت هم‌داستان نیستند. همچنین در خطبه‌های دیگر ضمن ستودن وفا آن را ملازم راستی و صدق می‌داند: «أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ الْوَفَاءَ تَوْأَمُ الصِّدْقِ وَ لَا أَعْلَمُ جُنَّةً أَوْفَى مِنْهُ» (نهج البلاغه، خطبه ۴۱)؛ ای مردم وفا همراه راستی است، که سپری محکمتر و نگه‌دارنده‌تر از آن سراغ ندارم.

یکی از مهم‌ترین آثار و برکات وفای به عهد در سبک زندگی این است که آن را به‌عنوان محکمترین سپر معرفی شده است؛ زیرا اساس زندگی بر تعاون و همکاری و اعتماد متقابل اعضای خانواده با به یکدیگر و پایبندی به قراردادها و تعهدات فردی و اجتماعی است که اگر پایه‌های آن متزلزل شود چیزی جای آن را نمی‌گیرد. به تعبیر دیگر اگر سرمایه اعتماد وجود داشته باشد، مشکلات زندگی قابل‌تحمل است و اگر اعضا به هم اعتماد نداشته باشند تمام ثروت‌های دنیا هم که باشد برای انسان ارزشی ندارد. در سایه وفای به عهد و پیمان، باران رحمت الهی و مواهب و برکات او بر جوامع بشری سرازیر می‌شود و بلاها برطرف می‌گردد. (مکارم شیرازی، ج ۲، ۱۳۹۵، ص ۴۵۰). پدر و مادری که قول می‌دهند و می‌گویند: من فلان کار را انجام می‌دهم، هنگامی که به و عهد خود وفا نمی‌کند، در واقع دروغ گفته است و آدم پیمان‌شکن را می‌توان آدمی دروغ‌گو و تجاوزکاری به شمار آورد. در قرآن نیز در مورد می‌فرماید: «لَا يَرْفُقُونَ فِي مُؤْمِنٍ إِلَّا وَلَا ذِمَّةً وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُعْتَدُونَ» (توبه، ۱۰). (این روش آنهاست که) درباره هیچ فرد باایمانی رعایت خویشاوندی و پیمان را نمی‌کنند؛ و آن‌ها همان تجاوزکاران‌اند. (مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۹۲، ص ۱۸).

دوم: مشورت

در قرآن به اهمیت مشورت بیان شده است. «وَالَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِرَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَمْرُهُمْ

شوری بَيْنَهُمْ وَ مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ». (شوری، ۳۸) و آنان که امر خدایشان را اجابت کردند و نماز به پا داشتند و کارشان را به مشورت یکدیگر انجام می دهند و از آنچه روزی آن‌ها کردیم (به فقیران) انفاق می کنند. سبک زندگی باید بر پایه مشورت باشد؛ می بینیم که خداوند می فرماید: «وَأْمُرْهُمْ شُورَى بَيْنَهُمْ». (شوری، ۳۸) و امورشان در بینشان به مشورت صورت می گیرد. آیت الله مکارم در ذیل این آیه می نویسد: یک انسان هر قدر از نظر فکری نیرومند باشد، نسبت به مسائل مختلف تنها از یک یا چند بعد می نگرد، اما هنگامی که مسائل در شوری مطرح گردد و عقل‌ها و تجارب به کمک هم بشتابند، مسائل کاملاً پیخته و کم عیب و نقص می گردد. (مکارم شیرازی، ج ۲۰، ۱۳۷۳، ص ۴۶۲)

در فرهنگ دینی مشورت به مثابه راهکاری برای جلوگیری از استبداد و لغزش و پشیمانی است. البته مشورتی موجب راه یابی درست و جلوگیری از لغزش و پشیمانی می شود؛ که برای هر امری از مشاورانی مناسب و شایسته بهره جست و از هر کس نمی توان نظرخواهی کرد. با کسانی باید مشورت کرد که آراسته صفاتی چون خداترسی، پروا پیشگی، رازداری، خیرخواهی و شجاعت باشند و از عقل و تجربه کافی برخوردار باشند؛ با اشخاص ترسو، حریص، دروغگو، جاهل، احمق و احساساتی نباید مشورت کرد؛ به عبارتی، مشاور باید دارای این ویژگی‌هاست؛ نه تابع جنسیت و حذب و گروهی خاصی (پور شافی، ۱۳۹۴).

امام علیه السلام در عهدنامه مالک اشتر در این باره چنین فرموده است: «وَلَا تُدْخِلَنَّ فِي مَشُورَتِكَ بَخِيلًا، يَعْدِلُ بِكَ عَنِ الْفَضْلِ وَ يَعِدُكَ الْفَقْرَ، وَ لَا جَبَانًا يُضْعِفُكَ عَنِ الْأُمُورِ، وَ لَا حَرِيصًا، يُزَيِّنُ لَكَ السَّرَّهَ بِالْجَوْرِ؛ فَإِنَّ الْبُخْلَ وَالْجُبْنَ وَالْحِرْصَ غَرَائِزُ سَتَى يَجْمَعُهَا سُوءُ الظَّنِّ بِاللَّهِ».

(نهج البلاغه، نامه ۵۳) در مشورت خود سه کس را راه مده: بخیل را، که تو را از بخشندگی منحرف می کند و از فقر می ترساند؛ و ترسو را، که سبب سست شدن تو در کارها می شود؛ و حریص را، که حرص و آز را به ناحق در نظر تو می آراید. همچنین حریص را به مشاورت مگیر، که با ستمگری، حرص را در نظرت زینت می دهد. همه آنچه درباره این اشخاص گفتم به خاطر این است که بخل، ترس و حرص، غرایز و تمایلات مختلفی اند که از بدگمانی

به خدا سرچشمه می‌گیرند. (حکیمی، ج ۱، ۱۳۷۱، ص ۳۲۰).

امیرالمؤمنین علیه السلام حتی در امر سیاست نیز از مردمانش مشورت می‌گرفت و به کارگزاران خود می‌آموخت که چنین کنند. پیشوای آزادگان در نامه‌ای که به سران سپاه خود نوشته: «مَنْ عَبَدَ اللَّهَ عَلَىٰ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ إِلَىٰ أَضْحَابِ الْمَسَالِحِ ... أَلَا وَ إِنَّ لَكُمْ عِنْدِي أَنْ لَا أُخْتَجَرَ دُونَكُمْ سِرًّا إِلَّا فِي حَزْبٍ، وَلَا أَطْوَىٰ دُونَكُمْ أَمْرًا إِلَّا فِي حُكْمٍ» (نهج البلاغه، نامه ۵۰). از بنده خدا علی بن ابی طالب، امیر مؤمنان علیه السلام به نیروهای مسلح و نگهدارنده مرزها... حق شما بر من این است که جز اسرار جنگی، هیچ سری را از شما پنهان نسازم و در اموری که پیش می‌آید، جز حکم الهی، بدون مشورت شما کاری انجام نده. امام علی علیه السلام با موضوع حقوق متقابل مردمان و زمامداران را بیان کرده است، نیز فرمود: «فَلَا تَكْفُوا عَن مَقَالَةٍ بِحَقِّي، أَوْ مَشُورَةٍ بَعْدَلٍ» (نهج البلاغه، خطبه ۲۱۶). پس از گفتن حق یا رأی زدن در عدالت باز نایستید. «لَا مُظَاهَرَةَ أَوْثُقَ مِنَ الْمَشَاوِرَةِ» (نهج البلاغه، حکمت ۱۱۳). هیچ پشتیبانی استوارتر از مشورت کردن نیست.

سوم: عدالت

سبک زندگی امام علی علیه السلام چنان با عدالت‌طلبی و ظلم‌ستیزی عجین بود که کمتر کسی پیدا می‌شود که تا نام عدل را می‌شنود نام آن بزرگوار در ذهنش تداعی نشود. نهج البلاغه اهمیتی فراوانی به سبک زندگی بر محور عدالت قائل است به طوری که بخش عمده‌ای از گفتارها و نوشتارهای امام (علیه السلام) در نهج البلاغه به طور مستقیم یا غیرمستقیم به این موضوع می‌پردازد. (علمی، ۱۳۹۵)

امام علیه السلام فرمود: عدل یعنی انصاف یعنی هرکسی را آنچه حقش هست دادن و بین افراد تبعیض قائل نشدن و احسان؛ یعنی بیش از آنچه را که حق اوست به او بخشیدن مثلاً وقتی خداوند سفارش می‌فرماید: «بِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا» (اسراء، ۲۳) به پدر و مادر احسان کنید؛ یعنی اضافه بر آنچه حقشان هست که باید بر اساس عدالت با آنها رفتار کنید به آنها بپردازید و رسیدگی کنی. (ارفع، ۱۳۹۰، ص ۳۷۷) امام عدالت را قرار دادن هرچیز جای

خودش می‌داند و آن را برتر احسان برمی‌شمارد «و سئِلَ أَيُّهُمَا أَفْضَلُ الْعَدْلُ أَوْ الْجُودُ، فَقَالَ ﷺ: الْعَدْلُ يَضَعُ الْأُمُورَ مَوَاضِعَهَا وَ الْجُودُ يُخْرِجُهَا مِنْ جِهَتِهَا وَ الْعَدْلُ سَائِسٌ عَامٌّ وَ الْجُودُ عَارِضٌ خَاصٌّ فَالْعَدْلُ أَشْرَفُهُمَا وَ أَفْضَلُهُمَا». (نهج البلاغه، حکمت ۴۳۷) و از آن حضرت سؤال شد: آیا عدالت برتر است یا جود و بخشش؟ آن حضرت ﷺ فرمود: عدالت امور حیات را در جاهای خود قرار می‌دهد و جود و بخشش امور را از جهت خود خارج می‌سازد و ابعاد عاطفی مردم را اشباع می‌کند. عدالت مدیر عام زندگی است. جود پدیده عارضی مخصوصی است. پس در مقایسه این دو باهم عدالت اشرف و برتر است. (جعفری، نرم‌افزار) امام در سبک زندگی‌شان انقدر به رعایت حقوق زیردستان سفارش می‌کند و می‌فرماید: أَدَّتِ الرَّعِيَّةُ إِلَى الْوَالِي حَقَّهُ وَ أَدَّى الْوَالِي إِلَيْهَا حَقَّهَا عَزَّ الْحَقُّ بَيْنَهُمْ وَ قَامَتْ مَنَاهِجُ الدِّينِ وَ اعْتَدَلَتْ مَعَالِمُ الْعَدْلِ وَ جَرَتْ عَلَى أَذْلَالِهَا الشَّنَنُ. فَصَلَحَ بِذَلِكَ الزَّمَانُ وَ طُمِعَ فِي بَقَاءِ الدَّوْلَةِ وَ يَبْسُتُ مَطَامِعُ الْأَعْدَاءِ. وَ إِذَا غَلَبَتِ الرَّعِيَّةُ وَالِيَهَا أَوْ أَجْحَفَ الْوَالِي بَرَعِيَّتِهِ اخْتَلَفَتْ هُنَالِكَ الْكَلِمَةُ وَ ظَهَرَتْ مَعَالِمُ الْجَوْرِ وَ كَثُرَ الْإِدْغَالُ فِي الدِّينِ وَ تَرَكْتُ مَحَاجِجَ الشَّنَنِ فَعُمِلَ بِالْهَوَى وَ عَظِلَّتِ الْأَحْكَامُ وَ كَثُرَتْ عِلَلُ النُّفُوسِ. فَلَا يُسْتَوْحَشُ لِعَظِيمِ حَقِّي عَظَلٌ وَ لَا لِعَظِيمِ بَاطِلٍ فُعِلَ فَهُنَالِكَ تَذَلُّ الْأَبْرَارِ وَ تَعَزُّ الْأَشْرَارُ وَ تَعْظُمُ تَبِعَاتُ اللَّهِ سُبْحَانَهُ عِنْدَ الْعِبَادِ». (نهج البلاغه، خطبه ۲۱۶) پس خدای سبحان برخی از حق‌های خود را برای بعضی مردمان واجب داشت، و آن حق‌ها را برابر هم‌نهاد، و واجب شدن حق‌ها را مقابل گزاردن حق‌ها گذاشت و حق‌ها بر کسی واجب نبود مگر حق‌ها که برابر آن است گزارده شود، و بزرگ‌ترین حق‌ها که خدایش واجب کرده است، حق‌ها بر رعیت است، و حق رعیت بر والی، که خدای سبحان آن را واجب نمود، و حق هر یک را به عهده دیگری واگذار فرمود، و آن را موجب برقراری پیوند آنان کرد، و ارجمندی دین ایشان. پس حال رعیت نیکو نگردد جز آنگاه که والیان نیکورفتار باشند، و والیان نیکورفتار نگردند، جز آنگاه که رعیت درستکار باشند. پس چون رعیت حق‌والی را بگزارد، و والی حق رعیت را به‌جای آرد، حق میان آنان بزرگ مقدار شود، و راه‌های دین پدیدار، و نشانه‌های عدالت برجا، و سنت چنان که باید

اجرا پس کار زمانه آراسته گردد. (دشتی، ۱۳۸۵).

چهارم: معاشرت نیکو

تمام اولیای الهی سبک زندگی شان بر پایه صفا و صمیمیت، محبت و همدلی بنا شده است و آموزه‌های خود را در رفتارهای اجتماعی، کرامت افراد، محبت، اخلاص و... را به منصبه ظهور می‌رساند. امیر مؤمنان علی علیه السلام، آداب معاشرت با مردم را در رفتار و کلمات ارزشمند خود بیان نموده است. وَ قَالَ علیه السلام: «خَالِطُوا النَّاسَ مُحَالَظَةً إِنَّ مَثْمَ مَعَهَا بَكْوَا عَلَيْكُمْ وَ إِنَّ عِشْتُمْ حَتُوا إِلَيْكُمْ» با مردم آن‌گونه معاشرت کنید، که اگر مرید بر شما اشک ریزند، و اگر زنده ماندید، با اشتیاق سوی شما آیند. (نهج البلاغه، کلمات قصار ۱۰).

یک: خوش اخلاقی

خوش اخلاقی یکی دیگر از فضایل اخلاقی است که مولای متقیان علی علیه السلام از آن به حُسن خُلُق تعبير کرده‌اند و بسیار بدان سفارش نموده‌اند. ایشان درباره آثار آن چنین می‌فرمایند: «قَالَ علیه السلام: صَدْرُ الْعَاقِلِ صُنْدُوقُ سِرِّهِ وَ الْبَسَاسَةُ حِبَالَةُ الْمُوَدَّةِ وَ الْإِحْتِمَالُ قَبْرِ الْعُيُوبِ» (نهج البلاغه، حکمت ۶). سینه عاقل مخزن راز اوست. خوش‌روئی، دام رفاقت است. از کارهای ناباب دیگران (که قابل سرپوشی است) چشم پوشیدن وسیله‌ای است برای پوشانیدن عیوب جامعه. سازش با مردم موجب پنهان شدن عیوب است. در این جا مقصود این است که گشاده‌رویی با مردم باعث به دست آوردن دل‌های آن‌ها و کسب محبتشان می‌شود. (زمانی، نرم‌افزار بلاغه)

همچنین یکی از وصایای ایشان به فرزندشان امام حسن علیه السلام، ایشان را به داشتن وجدان اخلاقی نسبت به دیگران سفارش می‌نماید. «وَلَا تَتَّخِذَنَّ عَدُوَّ صَدِيقِكَ صَدِيقًا فَتُعَادِيَ صَدِيقَكَ، وَلَا تَوْلَاتِ تَتَّخِذَنَّ عَدُوَّ صَدِيقِكَ صَدِيقًا فَتُعَادِيَ صَدِيقَكَ، وَلَا تَعْمَلْ بِالْحَدِيعَةِ فَإِنَّهُ خُلِقَ لِيْمٍ، وَ أَحْضَ أَخَاكَ النَّصِيحَةَ حَسَنَةً كَانَتْ أَوْ قَبِيحَةً، وَسَاعِدْهُ عَلَى كُلِّ حَالٍ، وَ زَلَّ مَعَهُ حَيْثُ زَالَ، وَلَا تَطْلُبَنَّ مُجَازَاةَ أَخِيكَ وَإِنْ حَنَّ الثَّرَابُ بِفِيكَ وَخُذْ عَلَى عَدُوِّكَ بِالْفَضْلِ فَإِنَّهُ آخَرَى

لِلظَّفَرِ، وَتَسْلِمُ مِنَ الدُّنْيَا [النَّاسِ] بِحُسْنِ الْخُلُقِ وَتَجْرِعُ الْعَيْظَ، فَإِنِّي لَمْ أَرْ جُرْعَةً أَحْلَى مِنْهَا عَاقِبَةً وَلَا أَلَذَّ مِنْهَا مَعَبَةً وَلَا تَصْرِمُ أَخَاكَ عَلَى اِزْتِيَابِ وَلَا تَقْطَعُهُ دُونَ اسْتِعْتَابِ وَ لِيْنِ لِيْنِ غَالِظِكَ فَإِنَّهُ يُوشِكُ أَنْ يَلِيْنَ لَكَ» (نهج البلاغه، نامه ۳۱). دشمن دوستت را به دوستی مگير، که با دوستت دشمنی کرده‌ای و فریب‌کاری مکن که خوی لثیمان است. در پند و اندرزی که به بردارت می‌دهی. نیک یا زشت. با اخلاص و بی‌غرض باش. در هر حال یاور او و هر کجا رفت همراه او باش. خواهان کیفر و مجازاتش مباش؛ هر چند خاک به دهانت پاشد. با دشمن خود به احسان رفتار کن که برای پیروزی، عفو مؤثرتر است و با اخلاق پسندیده، خود را از دنیا (مردم) مصون نگهدار. خشم خود را اندک‌اندک بیاشام چه من جرعه‌ای که سرانجامش شیرین‌تر از این باشد، ننوشیدم و پایانی گوارتر از آن ندیدم. به مجرد تردید و شک، از بردارت مبر و بدون دلجویی از او مگسل و با کسی که با تو درشتی می‌کند نرمی کن چه بسا که به زودی با تو نرمی کند. (جعفری، ۱۳۸۰، نامه ۳۱).

دو: برقراری روابط دوستانه با افراد خانواده

یکی از مسائل مهمی در سبک زندگی ارتباط با دیگران و برقراری پیوند دوستی با یکدیگر است؛ خداوند در درباره رفتار با زنان می‌فرماید: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَحِلُّ لَكُمْ أَنْ تَرْتُوا النِّسَاءَ كَرْهًا وَلَا تَعْضُلُوهُنَّ لِيَذْهَبُوا بِبَعْضِ مَا آتَيْتُمُوهُنَّ إِلَّا أَنْ يَأْتِيَنَّ بِفَاحِشَةٍ مُّبَيَّنَةٍ وَعَاشِرُوهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ فَإِنْ كَرِهْتُمُوهُنَّ فَعَسَى أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا﴾ (نساء: ۱۹). ای کسانی که ایمان آورده‌اید! برای شما حلال نیست که از زنان، از روی اکراه (و ایجاد ناراحتی برای آن‌ها،) ارث ببرید و آنان را تحت فشار قرار ندهید که قسمتی از آنچه را (به‌عنوان مهر) به آن‌ها داده‌اید، تملک کنید! مگر این‌که آن‌ها عمل زشت آشکاری انجام دهند. و با آنان، به‌طور شایسته رفتار کنید. و اگر از آن‌ها، (به جهتی) کراهت داشتید، (فوراً تصمیم به جدایی نگیرید). چه بسا چیزی خوشایند شما نباشد، و خداوند خیر فراوانی در آن قرار می‌دهد. (مکارم شیرازی، ۱۳۸۷، ص ۸۰). با زنان به شایستگی رفتار کنید و اگر به جهتی از آن‌ها خوششان نمی‌آید، چه بسا چیزهایی که ناپسند شماست، در حالی که خداوند در آن، خیر فراوانی برای

شما قرار داده است. امام علی علیه السلام نیز می‌فرماید: خودت را میزان میان خود و دیگران قرار ده، پس آنچه برای خود دوست می‌داری، برای دیگران هم دوست بدار و آنچه برای خود نمی‌پسندی، برای دیگران هم می‌پسند. (محدثی، ۱۳۹۲، ص ۱۴۴).

یا در جای دیگر خطاب به مالک اشتر می‌فرماید: قلب خویش را از مهر مردم و دوستی و لطف آنان سرشار کن. مبدا هرگز که درنده خون‌آشام باشی که خوردن مردم را غنیمت بشماری، چراکه مردم دو گروه‌اند: یا برادران دینی تو بوده یا در آفرینش همانند تو هستند. (سید رضی، نامه ۵۳) بردباری و شکیبایی در رفتا و گفتار ایشان داری جایگاه والا و ارزشمندی است؛ و از آن به عنوان خیر و نیکی یاد می‌نماید قَالَ عَلِيُّ علیه السلام: «... لَكِنَّ الْخَيْرَ أَنْ يَكْثُرَ عِلْمُكَ...»... دانشت افزون و حلم و بردباریت بزرگ شود... (نهج البلاغه، حکمت ۹۱).

سه: ارتباط با فرزندان

امیرالمؤمنین علی علیه السلام در قالب وصیت به امام حسن علیه السلام به تبیین و تصویر درست رابطه بین پدر با فرزندان می‌پردازد. مواردی که از سوی والدین باید به فرزندان منتقل شود را، بیان می‌فرمایند: اجمالاً اشاره می‌کنیم. امام علیه السلام می‌فرماید: «وَأَنْ أَبْتَدِئَكَ بِتَعْلِيمِ كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَ تَأْوِيلِهِ وَ شَرَائِعِ الْإِسْلَامِ وَ أَحْكَامِهِ وَ حَلَالِهِ وَ حَرَامِهِ». (نهج البلاغه، نامه ۳۱). ابتدا خواستم تربیت تو را به تعلیم کتاب خداوند و بیان آن و مقررات و احکام اسلام و حلال و حرام آن آغاز کنم. در شیوه تربیتی امام، یک پدر مهربان و دلسوز فرزند خود را در قدم اول و قبل از این که دل و درونش آلوده به گناه شود باید حقایق دین را به فرزند خود بیاموزد و گرنه اگر تعلل نماید و این مهم را به تأخیر بیندازد، دل جوان به عقاید انحرافی آلوده می‌شود و اصلاح کردن او، بسیار دشوار است و زحمتی دوچندان می‌طلبد. (مصباح یزدی، ص ۱۵۸-۱۵۷).

هماهنگی میان افعال و گفتار والدین الگو، نکته دیگری است که بسیار حائز اهمیت است؛ مثلاً اگر الگوهای گفتاری آن‌ها با الگوی رفتاری‌شان هماهنگ باشند و قول و فعل یکدیگر را تصدیق کنند به وحدت رفتار و تشبیت آن در الگوپذیر بسیار کمک می‌کنند.

در حالی که عدم هماهنگی بین آن‌ها منجر به دوگانگی رفتار در مرتبه‌ی خواهد شد. (نجفی، ۱۳۹۵) امام علی علیه السلام که خود الگوی وارسته است به این هماهنگی در گفتار و اعمال خود اشاره کرده و می‌فرماید: «... أَذِنِّي وَأَفْضَىٰ بِهِ إِلَيَّ أَيُّهَا النَّاسُ إِلَيَّ وَاللَّهِ مَا أَحْتَكِمُ عَلَى طَاعَةٍ إِلَّا وَ أَسْبِقُكُمْ إِلَيْهَا وَ لَا أَنهَاكُمْ عَنِ مَعْصِيَةٍ إِلَّا وَ أَنهَايَ قَبْلَكُمْ عَنْهَا» (نهج البلاغه، خطبه ۱۷۵). ای مردم، سوگند به خدا، شما را به طاعتی ترغیب نمی‌کنم، مگر آن که از شما پیشی می‌گیرم و شما را از معصیتی منع نمی‌کنم، مگر آن که پیش از شما از آن باز می‌ایستم.

والدین مانند همه کسانی که می‌خواهند در جهت کمالات انسانی قدم بردارند باید بر اساس آیه: «لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا» (احزاب: ۲). با تاسی بر اسوه حسنه رسول الله، خود الگوی مناسبی برای فرزندان و کسانی که با آن‌ها زندگی می‌کنند، باشند. امام علی علیه السلام مؤمنین را به پیروی از اهل بیت پیامبر علیهم السلام به عنوان بهترین الگوی هدایت‌مند، سفارش می‌فرمودند: «انظروا أهلَ بَيْتِ نَبِيِّكُمْ فَالزَّمُوا سَمْتَهُمْ وَ اتَّبِعُوا أَثَرَهُمْ فَلَن يُخْرِجُوكُمْ مِنْ هُدًى وَ لَن يُعِيدُوكُمْ فِي رَدًى فَإِن لَبَدُوا فَالْبُدُوا وَ إِن نَهَضُوا فَانْهَضُوا وَ لَا تَسْبِقُوهُمْ فَتَضَلُّوا وَ لَا تَتَأَخَّرُوا عَنْهُمْ فَتَهْلِكُوا» به خاندان پیامبرتان بنگرید و بدان سو که می‌روند بروید و پی آنان را بگیرید که هرگز شما را از راه رستگاری بیرون نخواهند کرد و به هلاکتتان نمی‌اندازند. اگر نشستند، بنشینید و اگر برخاستند، برخیزید. بر آنان پیشی مگیرید که گمراه می‌شوید و از آنان پس نمانید که تباه می‌شوید». (نهج البلاغه، خطبه ۹۷).

نتیجه‌گیری

سبک زندگی در منظومه فکری مقام معظم رهبری از جمله مسائل مهمی است که تمامی شئون زندگی انسان را در بر می‌گیرد. سبک زندگی نشان دهنده میزان نفوذ یک نظام، فرهنگ و تمدن در متن جامعه است. امروز گسترش رسانه‌های جمعی باعث تغییر و تحولات اخلاقی شده و همین باعث تغییر در الگوها، هنجارهای، نمادها، علایق و سلیق در سبک زندگی شده و الگوهای اسلامی رنگ باخته است و این در حالی است که انسان ذاتاً کمال‌گرا است و هدف خلقت، رسیدن انسان به کمال می‌باشد و لازمه رسیدن انسان به

چنین کمالی داشتن راهنمای و یک نقشه راه می باشد. از آن جایی که امام علی علیه السلام به عنوان یک انسان کامل و راهنمای بشریت و کتاب ارزشمند ایشان نهج البلاغه که حاوی الگوهای رفتاری و اخلاقی می باشد آن چنان که در نامه ۶۹ امام به همدان، به نکات اخلاق فردی اجتماعی بدان اشاره است.

۱. در نهج البلاغه رفتارها بر اساس کمال است و فرقی نمی کند فرد یک فرمانروا باشد یا یک انسان معمولی باید مزین به اخلاق اسلامی باشد.

۲. اخلاقی شامل شکرگزاری، قناعت، مشورت... و رزایی مانند خشم، پیمان شکنی و... است. برای داشتن یک جامعه سالم و مدینه فاضله باید سبک زندگی انسان بر پایه انجام فضایل اخلاقی و ترک رذایل اخلاقی فردی اجتماعی است.

۳. رعایت توصیه های امام علیه السلام می تواند زندگی فرد و جامعه را از اصلاح کند؛ چرا که اصلاح جامعه در گروی اصلاح فرد است.

منابع

۱. قرآن کریم، ترجمه: ناصر مکارم شیرازی، تهران: دفتر مطالعات تاریخ و معارف اسلامی، ۱۳۸۰ ش.
۲. نهج البلاغه، ترجمه: محمد دشتی، چاپ سیزدهم، قم: مشهور، ۱۳۸۰ ش.
۳. ابن میثم، میثم بن علی، عارف، شرح ابن میثم بحرانی، ترجمه محمدصادق، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی، ۱۳۷۵.
۴. ابن ابی الحدید، عبدالحمید بن همیه الله، جلوه تاریخ در شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید، ترجمه محمود، مهدی دامغانی، تهران: نی، ج ۸، ۱۳۷۵.
۵. احمد بن محمد مسکویه رازی، تهذیب الاخلاق و تطهیر الاعراق، قم: نشر بیدار، ۱۳۷۱.
۶. ارفع، سید کاظم، حدیث زندگی نهج البلاغه، تهران: پیام عدالت، ۱۳۹۰.
۷. بردبار، سهند، شکر منعم، بی جا: مینوفر، ۱۳۹۴.
۸. پور محمد، محسن، آسیب‌شناسی سبک زندگی اسلامی از دیدگاه نهج البلاغه، اولین همایش کشوری سبک زندگی سالم، ۱۳۹۵.
۹. جورج، ترجمه محمدرضا انصاری محلاتی، شگفتی‌های نهج البلاغه، تهران: کانون انتشارات محمدی، ۱۳۷۳.
۱۰. جعفری، محمدتقی، نرم‌افزار بلاغه، مرکز اطلاع‌رسانی آل‌البیت β، بی تا.
۱۱. جعفری، محمدتقی؛ ترجمه و تفسیر نهج البلاغه؛ تهران: فرهنگ اسلامی، ۱۳۶۷.
۱۲. حکیمی، محمدرضا و دیگر برادران، الحیة، ترجمه: احمد آرام، تهران: بی تا، ۱۳۷۱.
۱۳. خامنه‌ای، سید علی، بازگشت به نهج البلاغه، تهران: بنیاد نهج البلاغه، ۱۳۷۲.
۱۴. خامنه‌ای، سید علی، بیانیه گام دوم انقلاب خطاب به ملت ایران، تهران: معاونت فرهنگی و اجتماعی سازمان اوقاف و امور خیریه، ۱۳۹۷.
۱۵. خطیب، سید مهدی، مهارت‌های زندگی، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دارالحدیث، ۱۳۹۶.
۱۶. راغب اصفهانی، ابوالقاسم الحسین، معجم مفردات الفاظ قرآن، تحقیق ندیم مرعشی، قم: المكتبة المرتضویه، بی تا.
۱۷. رستمی، محمد علی، سبک زندگی، قم: بنیاد فرهنگی حضرت مهدی موعود عجل الله، ۱۳۹۷.
۱۸. رضانی، حمیدرضا، تفکر عقلی در کتاب و سنت، قم: مرکز بین‌المللی ترجمه و نشر المصطفی

۱۳۹۳.

۱۹. زمانی، مصطفی، ترجمه و شرح نهج البلاغه، قم: الزهرا، ۱۳۶۹.
۲۰. زمخشری، ابوالقاسم محمود بن عمر بن خوارزمی، مقدمه الاداب متن، ترجمه مهدی محقق، تهران: مطالعات اسلامی دانشگاه تهران، ۱۳۸۹.
۲۱. سیمپسون، جان، واتنر، آدموند، لغت نامه وبستر، بریتانیا: دانشگاه آکسفورد، ۱۹۸۹ م.
۲۲. عزیزی، عباس، نهج البلاغه موضوعی، قم: صلاه، ۱۳۸۱.
۲۳. غیائی، محمدرضا، لغت نامه قران کریم، قم: بنیاد فرهنگی مهدی موعود، ۱۳۸۹.
۲۴. فرحزاد، حبیب الله، یک گام تا خدا، قم: نشر عطش، ۱۳۹۳.
۲۵. فعالی، محمدتقی، نسبت سن سنجی سبک زندگی، تهران دانشگاه آزاد اسلامی، فصلنامه علمی پژوهشی نامه اخلاق، دوره ۱۱، شماره ۴۲، ۱۳۹۷.
۲۶. قریشی بنایی، علی اکبر، قاموس القرآن، تهران: دارالکتب امامیه، چاپ ۷، ۱۳۷۱.
۲۷. محدثی، جواد، اخلاق، قم: نورالسجاد، ۱۳۹۲.
۲۸. _____، اخلاق معاشرت، قم: مؤسسه بوستان کتاب، ۱۳۸۲.
۲۹. محمدی، نورمرا، خشم، قم: مؤسسه بوستان کتاب، ۱۳۸۹.
۳۰. مصباح یزدی، محمدتقی، پند جاوید، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ج ۱، ۱۳۸۵.
۳۱. مکارم شیرازی، ناصر، اخلاق در قرآن، قم: مدرسه الامام علی بن ابی طالب علیه السلام، ۱۳۸۴.
۳۲. _____، پیام امیرالمؤمنین علیه السلام، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۵.
۳۳. _____، پیام و شرح تازه و جامعی بر نهج البلاغه، قم: امام علی بن ابیطالب، ج ۲، ۱۳۹۵.
۳۴. _____، قرآن کریم با ترجمه جدید آیت الله مکارم شیرازی، تهران: عابد زاده، ۱۳۹۲.
۳۵. _____، تفسیر نمونه، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ج ۲۰، ۱۳۷۳.
۳۶. نراقی، ملا احمد معراج السعاده، قم: مؤسسه انتشارات هجرت، ۱۳۷۶.
۳۷. معینی پور، مسعود، تبیین سبک زندگی مؤمنانه بر اساس خطبه ۱۹۳ نهج البلاغه، پژوهش نامه اخلاق، سال هشتم، ۱۳۹۴، شماره ۲۷.
۳۸. مهدوی کنی، محمد سعید، مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی، فصلنامه

تحقیقات فرهنگی، سال اول، شماره ۱، پائیز ۱۳۸۶.

۳۹. مؤسسه فرهنگی هنری قدر ولایت، چگونه رفتار کنیم، مؤسسه فرهنگی هنری قدر ولایت، ۱۳۹۳.

۴۰. نجفی، حسن، «بررسی راهکارهای کاربردی سازی سبک زندگی اسلامی در نهاد خانواده»، ۱۳۹۵.

۴۱. وصالی، سعید، دیدگاه اجتماعی حکمت‌های نهج البلاغه، فصلنامه پژوهشی، اطلاع رسانی نهج البلاغه، ۱۳۸۵، شماره ۱۸.

۴۲. علمی، قربان، عدالت اجتماعی در نهج البلاغه، پژوهش‌های قرآن و حدیث، سال ۴۹، ، ۱۳۹۵، شماره ۱.