

روند معماری سبک زندگی

پرسش‌های نخستین و مفروضات ما

آیا سبک زندگی قابل تغییر است؟! پاسخ این پرسش نیاز به تفکر ندارد. کافیست نگاهی به زندگی گذشتگان خود بیاندازیم و با زندگی امروز مقایسه نماییم. حتی ساده‌تر؛ برای ما که در دوران تغییرات سریع واقع شدیم، همین‌که کودکی خود را به خاطر بیاوریم، برای مقایسه سبک زندگی کفایت می‌نماید. شیوه غذا خوردن، شیوه پوشش، نحوه پر کردن اوقات فراغت، روش درس خواندن و مطالعه، ارتباطات و زندگی اجتماعی، همه و همه در یک موج تغییر سریع قرار گرفته است. ما تفاوت شیوه‌های زندگی امروز را با گذشته درمی‌یابیم و این ادلّ الدلیل برای متغیّر بودن سبک زندگی است.

اما پرسش مهم‌تر از اولی این است: آیا تغییر سبک زندگی مبتنی بر اراده «فاعل» است یا به صورت «منفعل»؟! آیا فرد یا گروهی زمام این تغییر را در دست دارند و آن را رهبری می‌کنند و یا به صورت تصادفی و تابعی از شرایط محیط خود به خود در حرکت است؟!

اگر پاسخ اول را بپذیریم، درگیر این پرسش عمیق‌تر خواهیم شد: آیا گروه‌های متغیّر شرایط زندگی به صورت آگاهانه و هوشمندانه این کار را انجام می‌دهند و برای تغییرات ایجاد شده غایت و جهت خاصی را مد نظر دارند؟! یا آنان نیز ناخودآگاه و تنها بر اساس غرایز و خواسته‌های نفسانی خود عمل می‌کنند و غیرمغرضانه بر سبک زندگی تأثیر می‌نهند؟!

مبتنی بر نظریه «عوام و خواص» و همچنین روشن بودن تبعیّت عموم مردم از نخبگان و مشاهیر که به تفصیل در نوشته‌های قبلی بررسی شد، سبک زندگی آحاد مردم تابعی از سبک زندگی گروه‌های مرجع است.

مفروض ما در این نوشته این است که:

اولاً: سبک زندگی در تغییر است.

ثانیاً: گروه‌های مرجع قادر به تغییر سبک زندگی هستند.

ثالثاً: می‌توان معادلات تغییر سبک زندگی را یافت و جهت خاصی را بر این تغییرات حاکم کرد.

رابعاً: سبک زندگی زیربخشی از فرهنگ اجتماعی است، فردی نبوده و نیاز به رویکردی گسترده دارد.

بر اساس این مفروضات است که عبارت «معماری سبک زندگی» را به کار گرفته‌ایم و در این نوشته می‌خواهیم راهی را برای طراحی روش تغییر آن حدس بزنیم.

انسان؛ چیست؟ چگونه؟

وقتی موضوع سبک زندگی انسان است، باید انسان‌شناسی مبنای شناخت موضوع قرار گیرد و طبیعی است هر تغییری در نگاه ما به انسان، نگاه به موضوع را عوض نموده و قطعاً راهکارها و نتایج را دگرگون می‌سازد.

در این نوشته نمی‌توانیم به مباحث انسان‌شناسی بپردازیم. مبنای انسان‌شناسی خود را کلیاتی در نظر می‌گیریم که مورد اتفاق مؤمنین است و به مقداری که مورد نیاز است. نه بر انسان‌شناسی اومانیستی اتکا می‌نماییم و نه رویکردهای عرفانی مبتنی بر ریاضت نفسانی را مبنای شناخت انسان قرار می‌دهیم.

منظور ما از انسان همین پیکره مرکب از روح و جسم انسانی‌ست که برای آزمون به دنیا آمده و به هدف ساختن آخرت عمل می‌نماید. هدفش دستیابی به مراحل کمال از طریق ترک معاصی و اتیان واجبات است و از تمام نعمت‌های الهی در دنیا می‌تواند به نحو مجاز، آن‌گونه که تشریع شده، بهره‌مند شود. همین مقدار از چپستی انسان را که فقهای عظام شیعه در طول قرن‌ها پاسدار تکلیف آن بوده‌اند می‌پذیریم.

این انسان چگونه عمل می‌کند؟! آیا انگیزه مقدم است یا اختیار؟ علم و آگاهی او را به جبر می‌کشد، یا اراده وی همواره فائق بوده و به فعل منجر می‌گردد؟ بحث جبر و اختیار را نیز مفروغ‌عنه گرفته و طبق آنچه به ما رسیده، از روایات و کلام معصومین(ع)، انسان را موجودی مختار می‌دانیم که در حوزه و قلمرو اختیار و تصرف خود می‌تواند اراده نماید و عمل کند.

مقیاس سبک زندگی

سبک زندگی شیوه زیستن است، راهکارهایی که اعضای جامعه برای سامان‌دادن به رفتارها و عملکردهای خود برمی‌گزینند. گستره سبک زندگی مساوق با گستره عملکردهای بشری‌ست. تا هر جا انسان قدرت تصرف در دنیا دارد و می‌تواند اراده و عمل کند، تا همان‌جا به سبک زندگی مرتبط می‌شود.

این گستره در دو محور طولی و عرضی قابل ملاحظه است:

سبک زندگی از لحظه تولد با انسان همراه است تا مرگ. هر فعلی که از او صادر می‌شود، لاجرم بر مشی خاصی متکی‌ست که ممکن است از هر منشأی حاصل شده باشد، از خانواده یا جامعه.

هر مقطع از عمر انسان نیز اگر مستقلاً ملاحظه شود، مملو از فعالیت‌ها و رفتارهای متعددی‌ست که طبیعتاً هر کدام بر منهجی خاص روی می‌دهند.

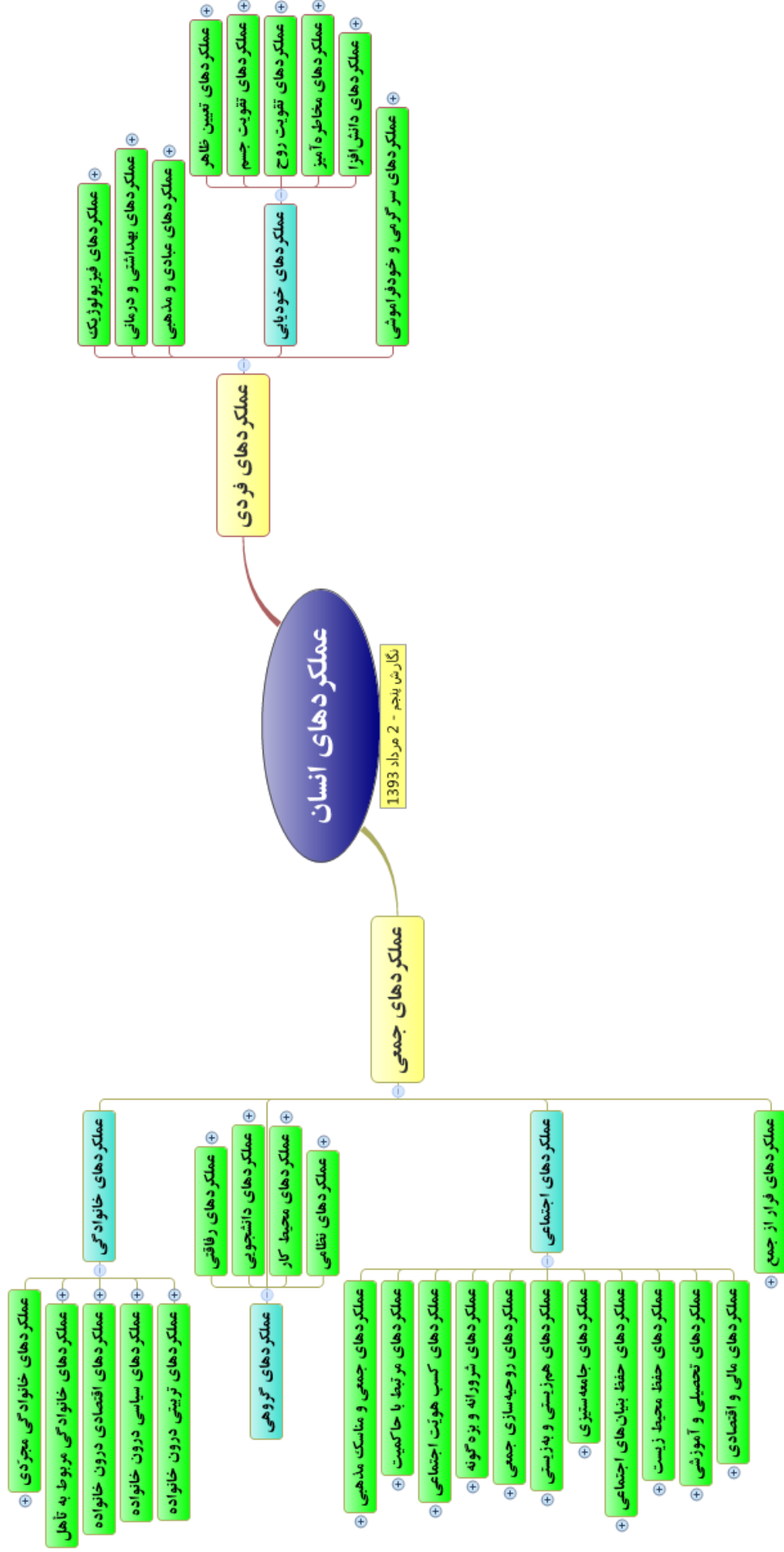
محور اول را می‌توان «فرآیند زندگی» نامید، به حسب روندی که در آن مستتر است و محور دوم را «مقطع زندگی»؛ مقاطعی که هر کدام رفتارهای خاصی را الزام می‌نماید.

شناخت عملکردهای انسان

مهم‌ترین عنصر در سبک زندگی عمل است، فعل انسانی. موضوع را دقیق‌تر بنگریم، متوجه عملکردهای انسان می‌شود و در نخستین گام باید عملکردها شناخته شود.

با توجه به گستره و مقیاس زندگی انسان که متوجه فرآیند زندگی و مقاطع آن می‌شود، باید برای شناخت حداکثری عملکردها مبادرت نمود.

حدس ما این است که در نخستین گام باید بیشترین عملکردهای انسان را بشناسیم و فهرست نماییم، برای این کار نیز از تولد تا مرگ یک انسان را در نظر می‌گیریم و تمام عملکردهای وی را در طول این دوران و در تک‌تک مقاطع آن می‌یابیم و آن را دسته‌بندی و طبقه‌بندی کرده موضوع ساماندهی و معماری سبک زندگی قرار می‌دهیم.

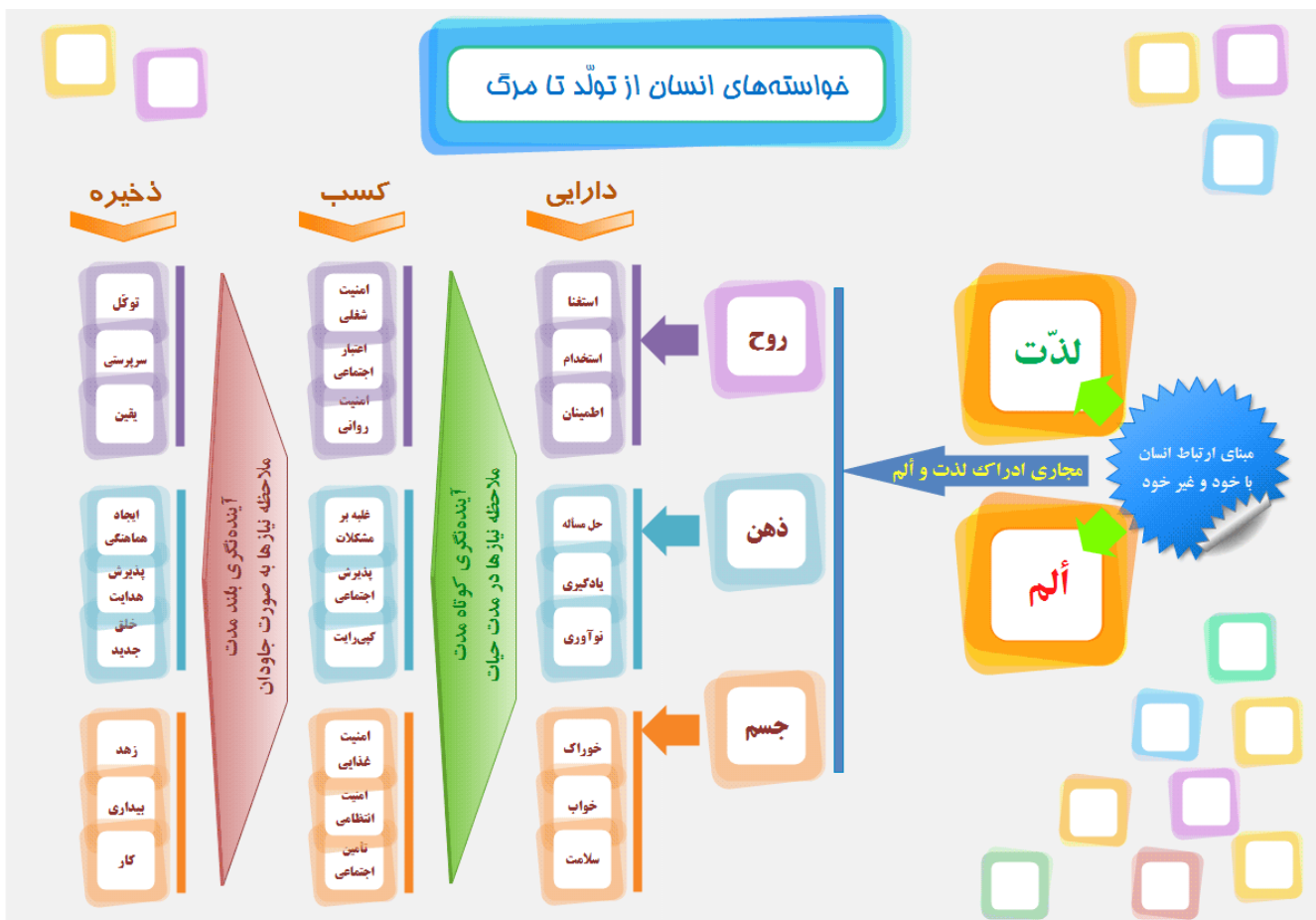


شناخت نیازهای انسان

قصد ما تغییر سبک زندگی است. معماری آن را از همین رو مد نظر داریم. تغییر سبک زندگی نیز به تغییر عملکردهای بشر است. اگر چنین بیانیشیم، ناگزیریم ریشه‌های عمل و فعل انسانی را بررسی کنیم. چرا انسان به سمت عمل کشیده شده و فعلی از او صادر می‌گردد؟!

ساده‌ترین پاسخی که به این پرسش داده شده «نیاز» است. نقص و کاستی که موجب آلم و درد در انسان می‌شود و حالتی از شادی و ابتهاج که پس از صدور فعل به دست می‌آید و لذت نامیده شده است.

در گام دوم، فهرستی از نیازهای انسان جمع می‌آوریم. این فهرست می‌تواند کلید ما برای رمزگشایی افعال انسانی باشد و به ما نشان دهد هر عملکرد از چه رو حادث شده و پدید آمده است.



انطباق عملکرد به نیاز

وقتی فهرست نیازها در اختیار باشد، عملکردها قابل رهگیری‌ست. در این مرحله باید نسبت عملکردها به نیازها را سنجید و کشف نمود هر عملکرد بر اساس چه نیازهای فرض صدور دارد.

وقتی انطباق عملکرد به نیاز صورت پذیرد، هر عملکردی در هر مقطعی از فرآیند زندگی بشر به نیازهایی منسوب خواهد شد که سرچشمه و انگیزه فعل محسوب می‌گردند. چنین فهرستی شاه‌کلید ورود به بحث سبک زندگی، معماری و تغییر آن است.

مصادق‌شناسی عملکردها در گذشته

اکنون تقریباً مدل اولیه کار را در اختیار داریم، هنگامی که کلید عملکردهای انسان در دست ماست. باید از این مدل استفاده کنیم و گذشته و حال را بشناسیم.

در اولین بررسی، الگوی خود را بر گذشته اخیر زندگی اجتماعی خود می‌نهم و آن را محک می‌زنیم. با اعداد و ارقامی از کثرت رفتارهایی مواجه می‌شویم که هم در کیفیت و هم کمیت بخشی از فهرست عملکردی ما را تکمیل می‌نمایند. شاه‌کلید سبک زندگی در این مرحله مصادیق عملکردهای پیشین جامعه ما را می‌شناساند و آن‌ها را به شیوه‌ای جدید نظم می‌دهد. شیوه‌ای که نیازها را برای هر عمل تبیین نموده و انگیزه‌ها را تا حدی روشن می‌کند.

دوره زمانی مصادق‌شناسی گذشته ما معطوف به زمانی خواهد بود که می‌پنداریم رفتارها و عملکردها در آن دوره زمانی دارای شرایط ذیل هستند:

اولاً: انطباق بیشتری با مبانی ارزشی ما دارند.

ثانیاً: دستیابی به مدارک تاریخی برای مصادق‌یابی آن آسان است.

ثالثاً: به نظر برسد پیش از تهاجم سازمان‌یافته و آگاهانه ضداً ارزش‌ها به جامعه باشد، تا بتواند بیانگر رفتار خالص و طبیعی آحاد باشد و نه متأثر از معماری‌های مغرضانه سبک زندگی.

مصادق‌شناسی عملکردهای فعلی

این فهرست لازم است اما کافی نیست. اکنون باید همان مدل عملکرد-نیاز را بر زندگی امروز انداخت. رفتارها را محک زد و عملکردها را شناخت. اگر مصادیق عملکردهای فعلی آحاد جامعه را استخراج نماییم، فهرست ثانوی مصادقی را به دست می‌آوریم. فهرستی که گمان می‌کنیم دچار آسیب در سبک زندگی است.

ارزیابی سه بُعدی سبک زندگی

عملکردها همان است، غذا خوردن همان غذا خوردن است، برای تأمین نیازهای طبیعی روحی و روانی و جسمی بشر. اما شکل آن تغییر کرده. قبلاً سفره بزرگی پهن می‌کرد، مادر، غذاهایی که برای پختن هر کدام ساعت‌ها زمان رفته است. مخلفات زیادی، هر روز به همین منوال، تعداد بسیاری دور سفره می‌نشستند. هر روز عروس‌ها و دامادها، خانه‌ها مشترک، وعده‌های غذایی به اشتراک.

امروز اما در مسیر خانه به مدرسه، به محل کار، در راه داخل مغازه کوچکی می‌شود. نمی‌نشیند که فرصت نیست. همه مواد مورد نیاز جسم او را در یک بقچه کوچک پیچانده‌اند؛ ساندویچ! با چند گاز تمام است. مشکل گیر کردن لقمه‌های این بقچه خشک در گلو را با مایعی گازدار حل می‌کنند؛ نوشابه‌نام! به چند دقیقه نمی‌کشد که از مغازه خارج شده و به مسیر حرکت خود ادامه می‌دهد.

دو مصادق از یک عملکرد در اختیار داریم. بُعد سوم نیز نیازهایی است که این عملکرد برای وصول به آن‌ها و تحصیل لذت حاصل از تأمین‌شان رخ نموده. این سه بعد در کنار هم ما را به «آسیب‌شناسی» می‌رساند، چیزی که «مسببات تغییر مصادق» می‌نامیم. ما متوجه جابه‌جایی در اولویت‌های نیازهای بشر می‌شویم. اهمیت نیازها که تغییر کرده است، مصادق عملکردها را نیز تحت یک نظام از نیازها دگرگون می‌نماید.

راهکار کوتاه‌مدت

تغییراتی که اسباب دگرگونی مصادیق عملکردها را فراهم آورده وقتی مبتنی بر تغییر اولویت نیازها باشد، به دو شیوه قابل کنترل و مدیریت است.

اگر این اولویت‌های جدید را به رسمیت بشناسیم، مثلاً تسریع و تعجیل در کار کردن و افزایش ساعت کاری افراد برای تأمین معاشی فراتر از آنچه در گذشته تأمین می‌شد، لاجرم باید مصادیق جدید بسازیم.

راهکار کوتاه‌مدت این است؛ هر عملکرد را در نظر می‌آوریم، مصادیق پیشین و مصادیق فعلی را در کنار هم قرار می‌دهیم، تغییر نیازها را که دریافتیم، نوبت به ایده‌پردازی می‌رسد. مصادیق جدیدی طراحی می‌نماییم که بتواند نیازهای ایجاد شده و یا تغییر کرده را تأمین نماید و در عین حال با ارزش‌ها نیز سازگار باشد، ارزش‌های فرهنگی که مایل هستیم حفظشان کنیم.

راهکار بلندمدت

اما این راهکار نمی‌تواند سبک زندگی مطلوب ما را فراهم نماید. نیازها بر ارزش‌ها مبتنی‌اند. با نگاهی فلسفی و ریشه‌ای‌تر چنین به نظر می‌رسد که تفاوت ارزش‌هاست که اولویت نیازها را تغییر می‌دهد و میل و انگیزه انسان‌ها را برای طلب متفاوت می‌نماید.

از این رو، به رسمیت شناختن نیازها و حفظ ارزش‌ها تنها می‌تواند پاره‌ای ارزش‌های سطحی و روبنایی را با نیازها سازگار نماید. اما نمی‌تواند روندی پایدار و ماندگار برای ارزش‌های اسلامی تأمین نماید.

راهکار نهایی تغییر اولویت نیازهاست. معماری سبک زندگی از معماری نظام نیازها نشأت می‌گیرد. در یک پروسه طولانی‌تر باید نظام نیازهای بشر با نظام مطلوب دینی هماهنگ گردد.

سیدمهدی موسوی موشح



