

سبک زندگی در گلستان

تأملی در اندیشه‌ها و آموزه‌های سعدی

محمد احمدوند

دانشجوی دکتری زبان انگلیسی، دانشگاه فرهنگیان اصفهان

مهسا شماعی

کارشناس ارشد زبان و ادبیات فارسی - آموزش و پرورش ناحیه ۴ اصفهان

بهناز معینی فرد

کارشناس ارشد زبان و ادبیات فارسی - آموزش و پرورش ناحیه ۴ اصفهان

مفهوم سبک زندگی

اندیشه درباره چگونه زندگی کردن از زمان‌های قدیم ذهن انسان‌ها را به خود مشغول ساخته است. با پیشرفت فناوری و افزایش علم و دانش مردم، سبک‌های گوناگون زندگی نیز رواج پیدا کرده است. سبک زندگی برای بیان مفهوم واقعیت‌های فرهنگی به کار برده می‌شود و با سلیقه و تمایلات افراد جامعه در ارتباط است [عظیمی فرد، ۱۳۹۱]. اصطلاح سبک نخستین بار توسط بوفن (۱۷۸۸-۱۷۰۷)، نویسنده فرانسوی، به کار گرفته شده است. از نظر وی سبک، نوع حرکات و هماهنگی این حرکات است که گوینده در مورد افکار خود لحاظ می‌کند [مهدهوی کنی، ۱۳۷۸]. از نظر گیدنز (۱۳۸۸)، سبک زندگی به کار بردن رفتارها و فعالیت‌های هماهنگ و متعادل در طول زندگی است که لازمه آن برخورداری از وحدت، هم‌سویی و جهت‌دار بودن است. امروزه مفهوم سبک زندگی گسترده و دامنه فراوانی پیدا کرده و شامل همه مفاهیم اجتماعی و فرهنگی، جهان‌بینی و ارزش‌ها می‌شود.

چکیده

امروزه بحث سبک زندگی، یعنی شیوه خاص زندگی یک فرد یا یک جامعه، به دلیل تأثیر ویژه آن بر وضعیت جسمی و روحی افراد جامعه، اهمیت زیادی یافته است. البته نه اینکه سبک زندگی در گذشته مورد توجه نبوده است. بسیاری از صاحبان اندیشه و نویسندگان و شعرا بارها در نوشته‌های خود رهیافت‌هایی برای یک زندگی بهتر فردی و اجتماعی ارائه داده‌اند. در این مقاله محققان براساس نمونه‌های موجود اختصاصاً به تحلیل سبک و سیاق زندگی از دیدگاه سعدی پرداخته‌اند. تحلیل موجود به روش کتابخانه‌ای و کنکاش در «گلستان» سعدی به صورت «تحلیل محتوا» صورت گرفته است. بررسی‌های انجام شده نشان می‌دهند، سعدی در گلستان به عنوان یک انسان پایبند به اصول اخلاقی، رعایت مبانی اخلاقی - اجتماعی را بسیار مهم می‌داند. محققان در متن حاضر به ۳۶ مورد توصیه اخلاقی و رفتاری (۱۶ مورد آموزه‌های جمعی و ۲۰ مورد آموزه‌های فردی) در گلستان در باب سبک زندگی برخورد کردند که با توجه به بسامد بالای بایدها و نبایدها در گلستان، می‌توان این کتاب را به عنوان یکی از برترین آثار در ادبیات حکمی و تعلیمی معرفی کرد. پیشنهاد می‌کنیم، به روش‌های متفاوت مطالعه گلستان بین مردم ترویج شود تا از توصیه‌های ناب آن در خصوص یک زندگی بهتر که با توصیه‌های مشهورترین متخصصان علوم تربیتی حال حاضر برابری می‌کنند، بهره بیشتری برده شود.

کلید واژه‌ها: سعدی، گلستان، سبک زندگی، زندگی اجتماعی، آموزه‌های جمعی

در دنیای کنونی، انسان‌ها با انتخاب یک سلسله از رفتارهای مصرفی، از نوع سبک خاصی پیروی می‌کنند و خود را در برابر آنچه که انتخاب می‌کنند، مسئول می‌دانند. لذا همواره به دنبال این هستند که سبک زندگی والدین خود را کنار بگذارند و برای آن جایگزینی انتخاب کنند. این تغییرات گاهی لذت‌بخش و با آسودگی خاطر همراه هستند و گاهی نیز ممکن است با چالش و تجربیات ناگوار همراه باشند [گیبیز و بوریمر، ۱۳۸۴]. همچنین، بررسی‌های تاریخی نشان داده‌اند

که **افلاطون** و **ارسطو** نیز درباره سبک زندگی نظراتی ارائه کرده‌اند. افلاطون سبک را به معنی تعادل و هماهنگی بین گفتار و افکار می‌داند و ارسطو نیز دارای آثار متعددی است که از مضامینی در خصوص سبک برخوردار هستند [الف، ۱۳۹۱ و سالمی، ۱۳۹۱]. در زبان انگلیسی، سبک زندگی از دو واژه «**life**» و «**style**» تشکیل شده است. واژه **life** به معنای زندگی است، اما **style** معنای گوناگونی دارد که در زبان انگلیسی در لغت‌نامه‌ها به این گونه تعریف شده است:

لغت‌نامه **آکسفورد** (۲۰۰۸) سبک را شیوه خاص زندگی یک فرد یا گروه در جامعه می‌داند. لغت‌نامه **کمبریج** (۲۰۰۶) سبک را روش انجام کاری، به خصوص که برای مردم، افراد، موقعیت و یا دوره مهم، معرفی کرده است. یا در تعریفی دیگر آورده است؛ شکل و طرح دادن به چیزی تا جذاب به نظر برسد و یا به وجود آوردن تغییر در ظاهر و رفتار فرد برای بهبود بخشیدن به کیفیت. لغت‌نامه **ویستر** (۲۰۰۴) سبک را تکنیک خاص و مشخصی تعریف می‌کند که توسط فرد یا گروهی اجرا می‌شود.

● **آمریکن هریتیج** (۲۰۰۰) سبک را مجموعه شیوه‌هایی می‌داند که فرد به کار می‌برد تا افکار و نیت درونی خود را نمایان کند و یا تصویری که در کارها و سلیقه فرد خود را نشان می‌دهد.

با این تعاریف می‌توان سبک زندگی را مجموعه‌ای از رفتارها دانست که افراد آن را به کار می‌گیرند تا نه فقط نیازهای روزمره زندگی را برآورده کنند، بلکه بتوانند با استفاده از آن تصویری از هویت خود در برابر دیگران مجسم سازند.

ویژگی سبک زندگی

از جمله ویژگی‌های مهم سبک زندگی انسجام بخشیدن به وجود انسان است تا بتواند با کمک گرفتن از آن با چالش‌ها و مشکلات زندگی خود دست و پنجه نرم کند [فاضلی، ۱۳۸۲]. دیگر ویژگی این است که سبک زندگی الگویی از رفتارهای افراد است که همین الگوها باعث ایجاد تمایز بین افراد می‌شود. سبک زندگی بر اثر تعامل بین افراد شکل می‌گیرد و همچنین بیانگر باور فرد از خود و ارزش‌های درونی وی است [پاینگانی، ایراندوست، و احمدی، ۱۳۹۲].

گلستان سعدی

سعدی، شاعر و نویسنده بزرگ ایرانی، گلستان را در بهار سال ۶۵۶ هجری قمری به رشته تحریر درآورد که خیلی زود مورد توجه خاص و عام قرار گرفت. کتاب گلستان حاصل سفرهای فراوان سعدی است و تجربیاتی که در طی آن سفرها کسب کرده است. سعدی آن را شاهکار خود دانسته و به آن بالیده است



و همان‌طور که خود سعدی پیش‌بینی کرده بود، قرن‌هاست که این کتاب طراوت خود را حفظ کرده است و مردم آن را می‌خوانند. کتاب گلستان بیان‌کنندهٔ اوضاع اجتماعی عصر سعدی است. سعی وی بر این بوده است که جامعه را آن‌گونه که هست ترسیم کند، تا جایی که وی در بسیاری از حکایات وارد می‌شود و سخن می‌گوید و خود جزئی از اشخاص داستان می‌شود.

حکایات و اشعار سعدی سبک زندگی که نه، بلکه خود زندگی است. آن‌گونه زندگی که سعدی در کتاب گلستان به آن اشاره می‌کند، وفق و مدارا، مروت و عدالت و در نهایت رسیدن به خداشناسی است. سخن و شیوهٔ زندگی سعدی در دو اثر وی «بوستان» و گلستان، در حقیقت نمونهٔ یک زندگی آرمان شهری انسان است [یوسفی، ۱۳۹۱]. با توجه به اهمیت سعدی در ادبیات ایران زمین و علاقهٔ مردم به کتاب‌های وی و به‌خصوص گلستان، محققان درصدد برآمدند با بررسی گلستان نظرات نغز و جاودانی سعدی را در خصوص سبک زندگی استخراج کنند و چونان آینه‌ای رو در روی علاقه‌مندان به این شاعر بزرگ قرار دهند.

سبک زندگی از دیدگاه سعدی

شیخ مصلح الدین سعدی شیرازی، خالق زیباترین کتاب نثر فارسی، گلستان است. او در این اثر تعلیمی و پندآموز با استفاده از صنعت ایجاز و با بهره‌گیری از نثر آهنگین، هنرنمایی می‌کند. این استاد شیرین سخن در پهنهٔ ادب پارسی، با آثار نغزخیز چنان جلوه‌گری می‌کند که بزرگان وی را استاد سخن و شیخ اجل نامیده‌اند. نکات نغزی را که شیخ اجل در باب سبک زندگی درست بیان کرده است، می‌توان به دو دسته آموزه‌های جمعی (رفتارهایی که در ارتباط با دیگران باید لحاظ کرد) و آموزه‌های فردی (رفتارهایی که به خود فرد برمی‌گردد) تقسیم کرد.

آموزه‌های جمعی در خصوص سبک زندگی ۱. در باب همدلی

یکی از مهم‌ترین رهنمون‌های سعدی به

جامعهٔ بشریت دعوت ایشان به همدلی و تیمار نیازمندان است. وی این‌بار بشر را به هم وابسته و آنان را آفریدهٔ یک گهر می‌داند و معتقد است رنج هر کدام از ایشان بر زندگی دیگران نیز تأثیر خواهد گذاشت. شاعر فرد خودخواه را شایستهٔ نام آدمی نمی‌داند:

بنی آدم اعضای یکدیگرند

که در آفرینش ز یک پیکرند

چو عضوی به درد آورد روزگار

دگر عضوها را نماند قرار

توکز محنت دیگران بی‌غمی

نشاید که نامت نهند آدمی

[درسیرت پادشاهان، حکایت ۱۰: ۶۶]

۲. در باب مردم‌آزاری

سعدی مردم‌آزاری را گناهی غیر قابل بخشایش دانسته است و مرگ ستمکار را بر زنده ماندن او رجحان می‌دهد:

ای زبر دست زبر دست آزار

گرم تا کی بماند این بازار؟

به چه کار آیدت جهان‌داری؟

مردنت به که مردم‌آزاری

[در سیرت پادشاهان، حکایت ۱۱: ۶۷]

او شخص مردم‌آزار را دون‌پایه‌تر از حیوان می‌داند و از قول خردمندان بیان می‌دارد:

«خر باربر به که شیر مردم در».

[درسیرت پادشاهان، حکایت ۲۰: ۷۴] و با بیتی بر این مطلب صحنه می‌گذارد.

گاو و خران رنج بُردار

به ز آدمیان مردم‌آزار [درسیرت پادشاهان،

حکایت ۲۰: ۷۴]

از دید سعدی، آزار دادن دیگران موجب رنجیدگی خواهد شد و دل‌آزردگی رنجی است که به سختی فراموش می‌شود:

«هر که را رنجی به دل رسانیدی، اگر در

عقب آن صد راحت برسانی، از پاداش آن

[یک] رنج ایمن مباح که پیکان از جراحت

به درآید و آزار در دل بماند» [در فضیلت

قناعت، حکایت ۲۸: ۱۲۳]

۳. در باب دوستی

یکی از پراهمیت‌ترین موضوعات در سبک زندگی، یادگیری مهارت دوست‌یابی است. به عقیدهٔ صاحبان خرد و اندیشه از

جمله سعدی، دوست کسی است که دارای خصایص ویژه باشد. از نظر او افرادی که ثبات عقیده ندارند، شایستگی لازم را برای مصاحبت و دوستی ندارند. چرا که ایشان «به سلامی برنجند و به دشنامی خلعت دهند» [درسیرت پادشاهان، حکایت ۱۵: ۶۹].

دیگر اینکه، دوست باید همراه هنگامهٔ شاداید و سختی‌ها باشد. او معتقد است: «برسفره، همهٔ دشمنان دوست نمایند».

دوست مشمار آنکه در نعمت زند

لاف یاری و برادر خواندگی

دوست آن دانم که گیرد دست دوست

در پریشان حالی و درماندگی

[در سیرت پادشاهان، حکایت ۱۶: ۷۱]

سعدی از دیگر ویژگی‌های یک دوست خوب را خوش‌رویی و خُلق‌نیکو می‌داند و بالطبع، نشست و برخاست با ترشروی بدخلق را به‌خاطر اثر ناخوشایندش بر روان آدمی، نمی‌پسندد:

میر حاجت به نزدیک ترشروی

که از خوی بدش فرسوده گردی

اگر گویی غم دل با کسی گوی

که از رویش به نقد آسوده گردی

[در فضیلت قناعت، حکایت ۱۲: ۱۱۳]

از نظر این شاعر هنرمند، انسان برای اثبات مودت و دوستی باید که مصلحت دیگری را بر مصالح خود مقدم بداند و کسی که فاقد خصلت از خود گذشته‌گی است، شایستهٔ دلبستگی نیست. چرا که: «برادر که در بند خویش است، نه برادر و نه خویش است» [در اخلاق درویشان، حکایت ۴۲: ۱۰۶]

و نیز در ادامه می‌آورد:

همره اگر شتاب کند همره تو نیست

دل در کسی میند که دلبسته تو نیست

[در اخلاق درویشان، حکایت ۴۲: ۱۰۶]

از دیگر صفات هم‌نشینان مناسب، سنخیت و هم‌گونی ایشان با یکدیگر است که اگر این‌گونه نباشد، مصاحبت رنج‌آور و آسیب‌رسان می‌شود:

جمعی چو گل و لاله به هم پیوسته

تو همیزم خشک در میانی رسته

چون باد، مخالف و چو سرما ناخوش

چون برف نشسته ای و چون یخ بسته

[در عشق و جوانی، حکایت ۱۲: ۱۴۰]



درک متقابل، خصوصیت دیگر دوست هم‌دل است. کسی که نتواند از دریچه چشم دردمند به مصیبت و رنج او بنگرد، شدت درد و رنج وی را درک نمی‌کند و هم‌نشینی با او سودی ندارد:

تا تو را حالی نباشد همچو ما
حال ما باشد تو را افسانه پیش

[در عشق و جوانی، حکایت ۱۸: ۱۴۴]

همیشه این احتمال هست که بهترین دوست انسان روزی به سرسخت‌ترین دشمنش تبدیل شود. از جمله شرایط دوستی حفظ حریم در دوستی‌هاست. حکما در این‌باره گفته‌اند: «دوست را چندان قوت مده که اگر دشمن گردد بر تو غالب شود.» [درسیرت پادشاهان، حکایت ۲۷: ۷۹]

خلاصه اینکه در انتخاب دوست و مصاحب، دقت و وسواس لازم است، چرا که شخص حتی اگر بکوشد از فعل بد دوستانش به دور باشد، ولی به واسطه هم‌نشینی با دوستان، مورد قضاوت و تهمت قرار می‌گیرد:

طلب کردم ز دانایان یکی پند
مرا گفتند: با نادان مپیوند
[در آداب صحبت: ۱۸۵]

سعدی با فراست و زیرکی حتی به میزان و اندازه مصاحبت و دیدار بین دوستان هم اشاره کرده است. او عقیده دارد: دیدارهای پی‌درپی و بیش از حد از حلاوت دوستی می‌کاهد. از نظر وی برای شعله‌ور ماندن آتش دیدار لازم است هم صحبتی به حساب و به اندازه باشد:

به دیدار مردم شدن عیب نیست
ولیکن نه چندان که گویند بس
اگر خویشتن را ملامت کنی
ملامت نباید شنیدن ز کس
[در اخلاق درویشان، حکایت ۲۸: ۹۹]

۴. در باب بخشش

یکی از شاخص‌ترین نکات آموزشی که در این اثر نگارین مورد توجه واقع شده، غنیمت دانستن عمر و نیکی به هم نوع

است، که سعدی مخاطب را به آن توصیه می‌کند:

خیری کن ای فلان و غنیمت شمار عمر
زان پیشتر که بانگ بر آید فلان نماند
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۲: ۵۹]

هر چند که وی به کزآر آدمی را به بخشش و دهش دعوت می‌کند، ولی در عین حال به این نکته واقف است که فطرت پاک و سالم قابلیت تربیت‌پذیری بیشتری دارد و تربیت ماهیت و ذات ناسالم بسی دشوار و گاه غیر ممکن است:

شمشیر نیک از آهن بد چون کند کسی؟
ناکس به تربیت نشود ای حکیم، کس
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۴: ۶۲]
نکته تعلیمی دیگر، عبث بودن نیکویی در حق فرد فرومایه است که به انتظار رویش گل در شوره‌زار مانند شده است:

زمین شوره سنبل بر نیارد
در او تخم عمل ضایع مگردان
نکویی با بدان کردن چنان است
که بد کردن به جای نیک مردان
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۴: ۶۲]

و نکته پایانی این است که نیکی و کرم درباره دیگران قطعاً بازتاب خواهد داشت. وقتی افراد با طلسم محبت به یکدیگر نزدیک شوند، در هنگامه بلا و گرفتاری به یاری هم

خواهند شتافت:

هر که فریادرس روز مصیبت خواهد
گو در ایام سلامت به جوانمردی کوش
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۶: ۶۳]
البته باید توجه داشت که توقع انعام و نیکی از انسان دون پایه و فرومایه کاری بیهوده است و همین که آدمی از شر چنین فردی ایمن بماند، خود خیر است:

امیدوار بود آدمی به خیر کسان
مرا به [خیر] تو امید نیست شر مرسان
[در فواید خاموشی، حکایت ۱۰: ۱۳۱]

۵. در باب نیکویی

از دید سعدی رضای پروردگار منوط به رضای خلق است:

خواهی که خدای بر تو بخشد
با خلق خدای کن نکویی
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۲۰: ۷۴]

و ستمکار مستوجب لعن و نفرین است: نماند ستمکار بد روزگار
بماند بر او لعنت پایدار
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۲۰: ۷۵]



۶. در باب حق‌شناسی

یکی از ویژگی‌های پسندیده از دید این شاعر بزرگ سیرت حق‌شناسی و وفاداری است. حق‌شناسی ایجاب می‌کند که آدمی در حق هم‌نوع خود گذشت و مسامحه داشته باشد. بنابراین انسان نباید نیکی کسی را در مورد خود به وادی نسیان بسپارد:

آن را که به جای توست هر دم گرمی
عذرش بنه ار کند به عمری ستمی
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۲۴: ۷۷]

نویسنده گلستان، با استفاده از قانون عمل و عکس‌العمل، اذعان می‌دارد که عمل نیک و بد بازتاب دارد:

تا توانی درون کس مخراش
کاندر این راه کارها باشد
کار درویش مستمند بر آر
که تو را نیز کارها باشد
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۳۵: ۸۳]

۷. در باب درستکاری

سعدی راست‌پویان را پاک‌تر از آن می‌داند که از محاسبه اعمالشان بیمناک باشند: «آن را که حساب پاک است، از محاسبه چه باک است؟» [در سیرت پادشاهان، حکایت ۱۶: ۷۰]. او معتقد است: انسان صداقت‌پیشه از کسی نمی‌هراسد:

تو پاک باش و مدار، ای برادر، از کس باک
زنند جامه ناپاک گازران بر سنگ
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۱۶: ۷۰]

۸. در باب تجسس در کار یکدیگر

تنها خداوند از باطن آدمیان با خبر است. پس افراد اجازه تجسس در کار و زندگی یکدیگر را ندارند و نمی‌توانند به راحتی درباره هم قضاوت کنند:

هر که را جامه پارسا بینی
پارسا دان و نیک‌مرد انگار
ور ندانی که در نهادش چیست
محتسب را درون خانه چه کار؟
[اخلاق درویشان، حکایت ۱: ۸۶]

۹. در باب عیب‌جویی

عیب‌جویی بسیار نکوهیده است و عیب‌جو شایسته مصاحبت نیست:

هر که عیب دگران پیش تو آورد و شمرد
بی‌گمان عیب تو پیش دگران خواهد برد
[در اخلاق درویشان، حکایت ۴: ۸۷]

طعن طاعنان و حسد حاسدان در شیوه زندگی خردمند تأثیر نخواهد داشت. آنان مسیر صحیح زندگی را یافته‌اند، بنابراین به سوءظن بی‌خردان وقعی نمی‌نهند:

نیک باشی و بدت گوید خلق
به که بد باشی و نیکت بینند
[در اخلاق درویشان، حکایت ۲۲: ۹۶]

۱۰. در باب قضاوت کردن

سعدی همانند یک روان‌شناس خبره، به کار بردن سنجه‌های ظاهری را در آزمون شخصیت افراد رد می‌کند. او روح را ودیعه الهی می‌داند و جسم را نقاب جان می‌شمارد و به این نکته اشاره می‌کند که صورت ناخوب و قامت کوتاه، ضعف و کمبود نیست، همان‌طور که زیبایی و سهی قامت بودن رانمی‌توان مزیت و فضل به حساب آورد، بلکه بزرگی به بلندی اندیشه است:

«کوتاه خردمند، به از نادان بلند، نه هر چه به قامت مه‌تر، به قیمت بهتر.»
[در سیرت پادشاهان، حکایت ۳: ۵۹].

۱۱. در باب شاد کردن دیگران

سعدی از ابنای بشر می‌خواهد که دستگیر هم‌نوع باشند و برای شاد کردن دل دیگران بکوشند:

گرت از دست برآید دهنی شیرین کن
مردی آن نیست که مشتی بزنی بر دهنی
[در اخلاق درویشان، حکایت ۴۱: ۱۰۶]

۱۲. در باب هم‌جواری

سعدی به مخاطب هشدار می‌دهد که در هنگام خرید خانه درباره همسایه‌اش با دقت و وسواس تحقیق کند، چرا که همسایه بد زندگی را آزاردهنده می‌کند: خانه‌ای را که چون تو همسایه است ده درم سیم کم عیار ارز

لیکن امیدوار باید بود

که پس از مرگ تو هزار ارز
[در فواید خاموشی، حکایت ۹: ۱۳۰]

۱۳. در باب زمان تربیت

بهترین زمان تربیت، دوران کودکی است، چراکه در بزرگسالی شخصیت شکل گرفته و تغییر آن ناممکن است: هر که در خردپیش ادب نکنند در بزرگی فلاح از او برخواست چوب تر را چنان که خواهی پیچ نشود خشک جز به آتش راست [در تأثیر تربیت، حکایت ۳: ۱۵۵]

۱۴. در باب سخن‌چینی

سخن‌چینی، آفرختن آتش کینه و دشمنی است، و این آتش سوزان نخست خود سخن‌چین را خواهد سوزاند. پس این کار از خرد و فراست دور است: میان دو کس آتش آفرختن نه عقل است و خود در میان سوختن [در آداب صحبت: ۱۷۲]

۱۵. در باب حسد

حسادت نیز دشمن قدرتمند دیگری در وجود آدمی است که آسیب‌بخش از دشمنان بیرونی سهمگین‌تر است:

الا تا نخواهی بلا بر حسود
که آن بخت برگشته خود در بلاست
چه حاجت که با وی کنی دشمنی
که وی را چنان دشمن اندر قفاست
[در آداب صحبت: ۱۸۳]

۱۶. در باب دروغ

دروغ گناهی بزرگ و صفتی بسیار ناپسند است، چرا که اعتماد را از بین می‌برد: یکی را که عادت بود راستی خطایی رود، در گذارند از او و گر نامور شد به قول دروغ دگر راست باورندارند از او [در آداب صحبت: ۱۸۶]

ادامه دارد