

نماز و سبک زندگی دینی

جمشید میرزایی *

دانشجوی دکتری جامعه شناسی دانشگاه تهران، تهران، ایران

چکیده

سبک زندگی، شیوه ای است که افراد بر طبق آن زندگی خود را تنظیم می کنند و شامل فعالیت ها، علایق و دیدگاه ها است. دین و سبک زندگی لایه های درونی و بیرونی نظام فرهنگی ما را تشکیل می دهند. سبک زندگی نوعی تعهد و پایبندی را برای فرد ایجاد می کند. اگر افراد تقید به نماز را ارزش تلقی کنند، وقتی ارزش هایشان تغییر یافت، سبک زندگی شان نیز تغییر خواهد کرد. مطالعات علمی دین پژوهی نشان داد که افراد نمازخوان کخ خود را مقید به آن می دانند، یک سبک زندگی دینی و برتر را بر می گزینند و از طرفی افرادی که در یک سبک زندگی دینی رشد و نمو می کنند خود را بیش تر از دیگران موظف و مقید می دانند که نماز را اول وقت اقامه کنند، در نماز ریا نکنند و نماز را سبک نشمارند.

کلیدواژه ها: نماز؛ سبک زندگی دینی؛ ارزش ها

مقدمه

سبک زندگی دینی نوعی الگوی زیست مؤنانه و برآمده از آموزه های دینی (کتاب و سنت) است که هم به رستگاری شخصی افراد می پردازد و هم به روابط و تعاملات اجتماعی آن ها در جامعه. افراد با انتخاب سبک زندگی دینی، هویت اجتماعی خود را رقم می زنند و خود را از دیگران متمایز می سازند. حال سوال اینجاست که چه نسبتی میان دین و سبک زندگی وجود دارد؟ آیا دین می تواند در عصر جدید از سبک زندگی خاصی سخن بگوید؟ یعنی می توانیم به یک بر ساخت از سبک زندگی دینی برسیم؟ مطالعات علمی دینی باور دارند که میان دین و سبک زندگی رابطه دو سویه قرار دارد. افرادی مانند وبر معتقدند دین، سبک زندگی و رفتار اجتماعی افراد را مشخص می کند. در دهه های اخیر، اتفاق بزرگی مبنی بر اینکه سبک زندگی بر دینداری افراد اثر گذاشته، صورت گرفته است. از این رو شاهد دین حداقلی، دین حداکثری، دین مدرن و دین سنتی هستیم. بنابراین، سبک های مختلف زندگی منجر به تنوع در انواع دینداری شده است. (ادریسی، ۱۳۹۱).

جورج زیمل (۱۳۸۸) جامعه شناس آلمانی با توجه خاص به نقش دین در شکل گیری سبک زندگی، بر این باور است که در موقعیت های برآمده از ناسازگاری درونی انسان، دین به عنوان شیوه زیستن دیده می شود؛ اما، منظور آن نیست که ما دین را شبیه ملودی خاصی در سمفونی حیات ببینیم؛ بلکه، به کلیدی می ماند که کل اثر بر اساس آن اجرا می شود. مطابق یافته های پژوهشی نانمارکا و همکاران (۲۰۰۳) وجود اعتقادات مذهبی، معنویت و اخلاقیات، ایجاد و ابقای سبک سالم زندگی را تضمین خواهد نمود.

مهدوی کنی از صاحب نظران حوزه دین و سبک زندگی بر این باور است که در نگرش اسلامی، اعتقاد ما بر آن است که بخشی از تمایلات فرد برآمده از داده های الهی و محیطی است که در آن رشد کرده است. لذا، اگر این دریافت ها برخاسته از فرهنگ باشد و با توجه به این که جوهر فرهنگ را دین تشکیل می دهد؛ در نتیجه، باید بخشی از تمایلات فرد، برآمده از دین باشد. هرچه پایه و مبنای این تمایلات و گزینش ها دینی باشد، سبک زندگی بشر دینی خواهد بود؛ چرا که، در نگرش اسلامی پذیرفتیم دین و سبک زندگی با هم ارتباط داشته و انسان ها می توانند سبک زندگی خود را انتخاب کنند. (مهدوی کنی، ۱۳۹۱: ۹۳) در ادامه می توان گفت که ما یک سبک زندگی دینی نداریم به عبارت بهتر باید از "سبک های زندگی" دینی سخن گفت. چرا که لزوماً سبک زندگی منحصر به یک نظام الگویی و رفتاری نیست؛ بلکه، در محدوده چارچوبی برآمده از اصول اسلامی، سبک های متعددی را می توان پذیرفت.

سیره عملی پیامبر گرامی اسلام (ص) و اهل بیت (ع) در رویارویی با یاران خود نیز نشان می دهد که ایشان اختلاف سبک را می پذیرفتند. با توجه به ویژگی انتخاب ری که در سبک زندگی وجود دارد، می توان هر مجموعه منسجمی از الگوهای رفتاری برآمده از آموزه های دینی را که در چارچوب معین شده از طرف دین قرار داشته باشد، نوعی سبک زندگی دینی به شمار آورد (فاضل قانع، ۱۳۹۱).

* پست الکترونیک نویسنده مسئول: jamshid.mirzaei@ut.ac.ir

وجه مشترک همه این سبک‌های متنوع دینی این است که یک شخصیت بهنجار و متعادل از نظر اسلام سبکی از زندگی را در پیش می‌گیرد که نیازهایش را در حدی که شرع مقدس روا می‌داند، برآورده سازد. همین اموری را که موجب رضایت خدا هستند انجام می‌دهد و از اعمالی که موجب خشم خدا می‌شوند خودداری می‌کند و در حرکت به سوی کمال و سعادت دنیا و آخرت گام برمی‌دارد. (عیوضی، ۱۳۹۰). یافته‌های پژوهشی ربانی و رستگار (۱۳۸۷) نشان داد که ارتباط معکوس میان متغیر دینداری و سبک زندگی مصرفی جوانان، اهمیت دین در جامعه مورد مطالعه را نشان می‌دهد و نظر رابرت باکاک (۱۳۸۱) بر نقش دینداری در کاهش مصرف‌گرایی تأیید می‌شود. باید گفت که متغیر دینداری قدرت تبیین بهتری نسبت به طبقه در تحلیل سبک زندگی دارد. این نتیجه بیش از پیش اهمیت و نقش دینداری در جامعه ایران را نشان می‌دهد. چراکه، با وجود کاهش تعیین‌کنندگی عواملی چون جنسیت و پایگاه اقتصادی اجتماعی، دینداری همچنان بیشترین تأثیر را داشته است. به عبارت دیگر، این نتیجه نشان می‌دهد که افرادی که از سطح بالاتری از دینداری برخوردار بوده‌اند، در انتخاب کالاها بیشتر نگاه مبتنی بر رفع نیاز داشته و به کارایی کالاها توجه بیشتری نشان داده‌اند و جوانانی که سطح دینداری آن‌ها پایین بوده بیشتر به ابعاد نمایشی و ملاک‌های فرم‌گرایانه و مصرف‌نمادین در انتخاب کالاها و رفتارها توجه کرده‌اند.

در این میان دین مبین اسلام به عنوان دستاورد رسول خاتم(ص) تأکید فراوانی بر نماز به عنوان ستون دین دارد. در اسلام نماز از مهم‌ترین عناصر دین و از مهم‌ترین فرائض مومنان تعیین شده است. در حقیقت «برترین جلوه اطاعت و پرستش و نخستین شأن ایمان و کمال، نماز است.» (سنگری، ۱۳۷۷). در نظام فرهنگی جوامع اسلامی به‌طور عام و جامعه ایران به‌طور خاص نماز (در شکل فرادا و جماعت) از جهت تحقق ارزش‌ها و هنجارهای مذهبی حائز اهمیت فراوان است. یعنی هم از جنبه عقلانی نماز جلوه‌ای از تفکر عقلانی و عیار خردمندی و نماز گزاران صاحب اندیشه و تعقل، معناگران زندگی خردمندانه و حیات عاقلانه‌اند و باید این گونه باشند (افروز، ۱۳۷۷: ۱۸) و نیز از جنبه نیک‌کرداری و عامل بودن به خوبی‌ها؛ و این تنها بدان معنا نیست که بهترین عمل نماز است؛ بلکه، نماز زادگاه همه اعمال خوب و پسندیده نیز است. نماز بهترین کار است؛ چون همه کارهای خوب از آن آغاز می‌شود یا بهتر بگوییم، نماز تمرین خوب شدن و خوب ماندن است (سنگری، ۱۳۷۷). نماز نقش مهمی در فرهنگ دینی و اسلامی ما دارد و می‌تواند سبک‌زندگی افراد را تحت تأثیر قرار دهد. از این‌رو، پژوهش حاضر را با هدف مطالعه رابطه نماز و سبک زندگی دینی انجام دادیم.

روش

روش انجام این پژوهش به‌صورت کتابخانه‌ای-اسنادی و با رویکرد جامعه‌شناختی تدوین شده است. نگارنده کوشیده است تا به مطالعه و بررسی اسناد و مدارک و تحلیل‌های مختلف بپردازد و نیز تلاش کرده که در تشریح و توضیح دیدگاه‌های خود از نتایج و یافته‌های پژوهشی سایر پژوهشگران این حوزه نیز استفاده کند.

یافته‌ها

دین و سبک زندگی (امکان بر ساخت سبک زندگی دینی)

در یک تعریف اجمالی منظور ما از سبک زندگی دینی نوعی الگوی زیست مؤمنانه و برآمده از آموزه‌های دینی (کتاب و سنت) است که به رستگاری شخصی افراد و روابط و تعاملات اجتماعی آن‌ها در جامعه می‌پردازد. افراد با انتخاب سبک زندگی دینی، هویت اجتماعی خود را رقم می‌زنند و خود را از دیگران متمایز می‌سازند.

حال سوال اینجاست که چه نسبتی میان دین و سبک زندگی وجود دارد؟ آیا دین می‌تواند در عصر جدید از سبک زندگی خاصی سخن بگوید؟ یعنی می‌توانیم به یک بر ساخت از سبک زندگی دینی برسیم؟ «مطالعات علمی دینی باور دارند که میان دین و سبک زندگی رابطه دو سویه قرار دارد. افرادی مانند وبر معتقدند دین، سبک زندگی و رفتار اجتماعی افراد را مشخص می‌کند.» در دهه‌های اخیر، اتفاق بزرگی مبنی بر اینکه سبک زندگی بر دینداری افراد اثر گذاشته، صورت گرفته است. از این رو شاهد دین‌حداقلی، دین‌حداکثری، دین‌مدرن و دین سنتی و... هستیم. بنابراین سبک‌های مختلف زندگی منجر به تنوع در انواع دینداری شده است (ادریسی، ۱۳۹۱: ۹۲).

جورج زیمل جامعه‌شناس آلمانی با توجه خاص به نقش دین در شکل‌گیری سبک زندگی، بر این باور است که «در موقعیت‌های برآمده از ناسازگاری درونی انسان، دین به عنوان شیوه زیستن دیده می‌شود، اما منظور آن نیست که ما دین را شبیه ملودی خاصی در سمفونی حیات ببینیم، بلکه به کلیدی می‌ماند که کل اثر بر اساس آن اجرا می‌شود.» (زیمل، ۱۳۸۸: ۹۱) مطابق یافته‌های پژوهشی نانماکرا و همکاران (۲۰۰۳) وجود اعتقادات مذهبی، معنویت و اخلاقیات، ایجاد و ابقای سبک سالم زندگی را تضمین خواهد نمود.

مهدوی کنی از صاحب نظران حوزه دین و سبک زندگی بر این باور است که «در نگرش اسلامی، اعتقاد ما بر آن است که بخشی از تمایلات فرد برآمده از داده‌های الهی و محیطی است که در آن رشد کرده است. لذا اگر این دریافت‌ها برخاسته از فرهنگ باشد و با توجه به اینکه جوهر فرهنگ را دین تشکیل می‌دهد، در نتیجه باید بخشی از تمایلات فرد، برآمده از دین باشد. هرچه پایه و مبنای این تمایلات و گزینش‌ها دینی باشد، سبک زندگی بشر دینی خواهد بود؛ چرا که در نگرش اسلامی پذیرفتیم دین و سبک زندگی با هم ارتباط داشته و انسان‌ها می‌توانند سبک زندگی خود را انتخاب کنند.» (مهدوی کنی، ۱۳۹۱: ۹۳) در ادامه می‌توان گفت که ما یک سبک زندگی دینی نداریم. به عبارت بهتر باید از "سبک‌های زندگی" دینی سخن گفت. چرا که «لزوماً سبک زندگی منحصر به یک نظام الگویی و رفتاری نیست، بلکه در محدوده چارچوبی برآمده از اصول اسلامی، سبک‌های متعددی را می‌توان پذیرفت. سیره عملی پیامبر گرامی اسلام (ص) و اهل بیت (ع) در رویارویی با یاران خود نیز نشان می‌دهد که ایشان اختلاف سبک را می‌پذیرفتند. با توجه به ویژگی انتخاب گری که در سبک زندگی وجود دارد، می‌توان هر مجموعه منسجمی از الگوهای رفتاری برآمده از آموزه‌های دینی را که در چارچوب معین شده از طرف دین قرار داشته باشد، نوعی سبک زندگی دینی به شمار آورد.» (فاضل قانع، ۱۳۹۱: ۳۹).

وجه مشترک همه این سبک‌های متنوع دینی این است که یک «شخصیت پهنجار و متعادل از نظر اسلام سبکی از زندگی را در پیش می‌گیرد که نیازهایش را در حدی که شرع مقدس روا می‌داند، برآورده سازد. همین اموری را که موجب رضایت خدا هستند انجام می‌دهد و از اعمالی که موجب خشم خدا می‌شوند خودداری می‌کند و در حرکت به سوی کمال و سعادت دنیا و آخرت گام بر می‌دارد. (عیوضی، ۱۳۹۰: ۱۵۲) ربانی و رستگار (۱۳۸۷) نشان دادند که ارتباط معکوس میان متغیر دینداری و سبک زندگی مصرفی جوانان، اهمیت دین در جامعه مورد مطالعه را نشان می‌دهد و نظر رابرت باکاک (۱۳۸۱) بر نقش دینداری در کاهش مصرف گرایی تأیید می‌شود.

باید گفت که متغیر دینداری قدرت تبیین بهتری نسبت به طبقه در تحلیل سبک زندگی دارد. این نتیجه بیش از پیش اهمیت و نقش دینداری در جامعه ایران را نشان می‌دهد. چرا که با وجود کاهش تعیین کنندگی عواملی چون جنسیت و پایگاه اقتصادی اجتماعی، دینداری همچنان بیشترین تأثیر را داشته است. به عبارت دیگر این نتیجه نشان می‌دهد که افرادی که از سطح بالاتری از دینداری برخوردار بوده اند، در انتخاب کالاهای بیشتر نگاه مبتنی بر رفع نیاز داشته و به کارآیی کالاهای توجه بیشتری نشان داده اند و جوانانی که سطح دینداری آن‌ها پایین بوده بیشتر به ابعاد نمایشی و ملاک‌های فرم گرایانه و مصرف نمادین در انتخاب کالاهای و رفتارها توجه کرده اند.

در ادامه مباحث علمی و پژوهشی باید نگاهی ملموس، عینی و عمومی هم داشته باشیم. بسیاری از مفاهیم علمی جنبه انتزاعی و ذهنی دارد و کمتر عینی و ملموس است. مثلاً در مورد مبحث حاضر (سبک زندگی دینی) بسیاری از ما گمان می‌کنیم - و بعضاً در برخی فیلم‌ها و سریال‌ها می‌بینیم - که فرد مسلمان کسی است که در زندگی روزمره خود فقط باید درگیر معنویات و مسائل شرعی و مناجات و ادعیه و آخرت خود و بی توجه به دنیا باشد. با نگاه آسیب شناسانه باید گفت بسیاری از شخصیت‌های سریال‌های ما بدین شکل تک بعدی و تک ساحتی هستند. در حالی که در سبک زندگی دینی و برآمده از آموزه‌های اسلامی ما، فرد مسلمان در یک الگوی زیست مومنانه (آن - گونه که آموزه‌های دینی ما نشان می‌دهند) هم به تکالیف شرعی می‌رسد، هم روابط گرم و اجتماعی با جامعه دارد، هم اهل نشاط و ورزش است و هم به خانواده خود می‌سرد و هم صله رحم را ادا می‌کند و در نهایت یک فرد چند بعدی و چند ساحتی است.

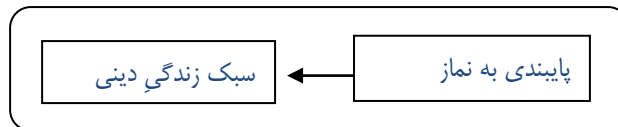
نماز و سبک زندگی

مطالعات گردآوری شده نشان داد که بین نماز و چارچوب نظری تئوری‌های سبک زندگی ارتباط وجود دارد. میان تقید به نماز (فردا و جماعت) با سبک زندگی نسبتی وثیق و رابطه ای دوسویه یا دیالکتیک برقرار است. به طوری که در سبک زندگی دینی، فرد خود را بیشتر مقید می‌داند که نماز و فرائض یومیه خود را ادا کند و از طرف دیگر فردی که خود را مبادی آداب و اخلاق دینی می‌داند و نسبت به نماز خود جد و جهد دارد، نمی‌توان سبک زندگی معمولی را پی بگیرد و بی تفاوتی پیشه کند. گیدنز جامعه شناس معاصر معتقد است «شخصی که خود را متعهد به سبک زندگی معینی می‌داند، انتخاب‌های دیگر لزوماً "خارج از موازین و معیارهای خویش" می‌بیند.» (گیدنز، ۱۳۹۲: ۱۲۱) این نشان می‌دهد که سبک زندگی دینی نوعی تعهد و پایبندی را برای فرد به ارمغان می‌آورد.

این پایبندی و تعهد می‌تواند در مصرف و خرید، روابط اجتماعی، تفریحات، ادای نماز اول وقت، مشارکت اجتماعی، صله رحم، اوقات فراغت و... باشد. در دین اسلام «نماز اگر با آداب و شرایطش به جا آورده شود، انسان را نه تنها به آرامش کامل می‌رساند که او را به تدریج از سطوح پائین تحولی بالا برده و به سطح متعالی می‌رساند.» (احمدی، ۱۳۷۷: ۱۴) این نشان می‌دهد که نماز توان ایجاد حرکتهای استعلائی را دارد. این حرکت از سطح پائین به بالا یعنی حرکت از یک سبک زندگی دنیوی به سمت یک سبک زندگی دینی و متعالی که این خود نشان از تأثیر نماز بر سبک زندگی فرد است (میرزائی، ۱۳۹۳) طبق نص صریح قرآن: «همانا نماز (اهل نماز را) از زشتی‌ها و منکر باز می‌دارد.» (عنکبوت: ۴۵) یعنی تقید به نماز موجب دوری از زشتی‌ها و ناهنجاری‌ها می‌شود و فرد به سمت یک سبک زندگی مترتب بر

سلامتی و عاری از آرایش و گناه پیش می‌رود؛ و «این تنها بدان معنا نیست که بهترین عمل نماز است؛ بلکه نماز زادگاه همه اعمال خوب و پسندیده نیز است.

نماز بهترین کار است؛ چون همه کارهای خوب از آن آغاز می‌شود یا بهتر بگوییم، نماز تمرین خوب شدن و خوب ماندن است.» (سنگری، ۱۳۷۷: ۱۴۲) یکی از مفاهیم مهم در جامعه‌شناسی، مفهوم "ارزش" است. یعنی «اموری که برای فرد یا جامعه مهم، مطلوب، خوب و با ارزش هستند. مانند راستی، همدلی و صداقت.» (میرزایی، ۱۳۹۲: ۲۸۸) در زبان جامعه‌شناسی اگر افراد کاهل نماز، تقید به نماز را ارزش تلقی کنند «وقتی ارزش‌هایشان تغییر یافت و دگرگون شد، سبک زندگی‌شان نیز تغییر خواهد کرد.» (ادریسی، ۱۳۹۱: ۹۲) و تغییر از حوزه نگرش‌ها و ارزش‌ها به سمت تغییر در حوزه عمل و اجرا در زندگی روزمره سرایت می‌کند. شکل ۱ رابطه میان نماز و سبک زندگی را نشان می‌دهد.



شکل ۱. رابطه میان نماز و سبک زندگی

در پژوهشی که توسط خواجه نوری و همکاران (۱۳۹۰) انجام شده است یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که در میان اجزای یازده گانه "سبک زندگی مذهبی"، نقش شرکت در نماز جماعت با ۷۶ درصد قوی‌ترین عامل بوده است. یافته‌های پژوهشی معیدفر و خسروشاهی (۱۳۹۰) با موضوع "تعارض فرزندان با والدین در سبک زندگی" نشان می‌دهد که در مورد نماز خواندن تعارض به این شکل است: ۶۸ درصد تعارض کمی با والدینشان داشته‌اند، ۱۴/۵ درصد در حد متوسطی و ۱۷/۵ درصد نیز در حد زیاد با والدینشان تعارض داشتند. یک از رئوس سبک زندگی دینی حضور فعال افراد در صحنه‌های مختلف اجتماعی است. در پژوهشی که توسط شادی طلب (۱۳۸۲) در مورد مشارکت اجتماعی انجام شده بود، وی پس از تفکیک و دسته‌بندی مشارکت به شش گونه مختلف، نوعی از مشارکت را "مشارکت انقلابی" نامیده است که "شرکت در نماز جمعه" بیشترین اهمیت را در ساخت این نوع مشارکت داراست. به عبارت دیگر عوامل اثر گذار بر این نوع مشارکت در درجه اول شرکت در نماز جمعه با ۰/۷۵ و در مراتب بعد "شرکت در نماز جماعت" با ۰/۶۶ نقش داشتند. طبق یافته‌های حمیدیان (۱۳۸۹) «خیرخواهی و مهرورزی، هدایت‌یابی و صراط‌شناسی، دوست‌یابی و انس و الفت با دیگران، کسب نشاط و شادابی، مسئولیت‌پذیری و مشاوره‌دهی و مشاوره‌خواهی ... از طریق شرکت در نماز و برنامه‌های مسجد قابل حصول، و تصحیح و تقویت می‌باشند» که بسیاری از موارد ذکر شده از اجزای سبک زندگی دینی محسوب می‌شوند. نگاهی به یافته‌های جامعه‌شناختی نشان می‌دهد که افراد نمازخوان و کسانی که تقید زیادی به نماز دارند، میل کمی به بطلان و هدر رفت اوقات فراغت خود دارند، از آسیب‌های اجتماعی (اعتیاد، بزهکاری، جرائم و...) بدورند، تلاش فراوانی در جهت رعایت قوانین اجتماعی دارند، به آینده امیدواری بیشتری دارند. میل کمی به مصرف‌گرایی و مصرف‌نمادین دارند، هدف از خرید و مصرف را رفع نیاز می‌دانند نه تشخیص اجتماعی، به صله رحم پابندی بیشتری دارند و... و در یک کلام الگوی زیست مؤمنانه دارند. موارد ذکر شده یا کنش‌های اجتماعی هستند یا نگرش‌های اجتماعی که نشانگر تأثیرات جامعه‌شناختی نماز در ایجاد و بر ساخت سبک زندگی دینی هستند.

نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر این بود تا نگاهی جامعه‌شناختی به تبیین نقش نماز در ایجاد سبک زندگی دینی داشته باشیم. آنچه که از مطالب متنوع این نوشتار استنباط می‌شود؛ این است که تقید به نماز با سبک زندگی رابطه‌ای دوسویه دارند. یعنی افرادی که نماز خوان هستند و خود را پایبند به آن می‌دانند، یک سبک زندگی دینی و متعالی را برمی‌گزینند و از طرفی افرادی که در یک سبک زندگی دینی رشد و نمو می‌کنند، خود را بیش‌تر از دیگران موظف و مقید می‌دانند که نماز را اول وقت اقامه کنند، نماز را سبک‌شمارند و در نماز ریا نکنند. یک باور غلط رایج در جامعه ما وجود دارد که نماز فقط عملی است دنیوی برای ذخیره اخروی و بر جنبه‌ها و ابعاد تأثیرگذار نماز در ساخت‌های مختلف این جهانی و زندگی فردی و اجتماعی کمتر توجه می‌شود و این باید اصلاح شود.

باتوجه به نتایج به‌دست آمده پیشنهاد می‌شود الگوهای زیست‌مؤمنانه از آموزه‌ها و متون دینی استخراج شوند و تلاش‌ها جهت تولید فیلم و سریال در رسانه ملی با محوریت تحقق و عینیت بخشیدن به سبک زندگی دینی انتقال از حوزه ذهنیت و نظر به حوزه عمل و عینیت بیشتر شود. در این بین روحانیون، حوزویان و نواندیشان دینی نقش و رسالت مهم و خطیری بر عهده دارند. برگزاری کلاس‌های

آموزشی و کارگاهی برای روحانیون و مبلغان و ائمه جماعات با تأکید بر ساحت‌های مغفول نماز (نظیر ابعاد اجتماعی نماز، حضور و تأثیر نماز در زندگی فردی و اجتماعی افراد، بازدارندگی نماز و...) می‌تواند مفید باشد. همچنین، در این مورد سازمان‌ها و نهادهایی نظیر وزارت ورزش و جوانان، وزارت علوم، وزارت آموزش و پرورش با همکاری رسانه ملی می‌توانند وارد عمل شوند و به توصیه و تبلیغ این باور که نماز علاوه بر جنبه عمل به تکلیف و کسب ثواب و ذخیره آخرت، دارای ابعاد زیستی اجتماعی در همین جهان نیز هست بپردازند.

منابع

- قرآن کریم. ترجمه مهدی الهی قمشه‌ای.
- احمدی، علی‌اصغر (۱۳۷۷). تحول انگیزشی انسان و ارتباط آن با نماز. چکیده مقالات برگزیده هشتمین اجلاس سراسری نماز. تهران: ستاد اقامه نماز.
- ادریسی، افسانه (۱۳۹۱). گزارش نشست سبک زندگی و دینداری. نشریه علوم اجتماعی، ۴، ۹۳-۹۲.
- افروز، غلامعلی (۱۳۷۷). نماز زیباترین جلوه زندگی خردمندانه. چکیده مقالات برگزیده هشتمین اجلاس سراسری نماز. تهران: انتشارات ستاد اقامه نماز.
- امام خمینی (۱۳۷۸). صحیفه امام (ره)، جلد ۱۵. تهران: موسسه تنظیم و نشر آثار حضرت امام (ره).
- باربور، ایان (۱). علم و دین. ترجمه بهاءالدین خرمشاهی (۱۳۹۲). تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- باکاک، رابرت (۱۹۴۰). مصرف. ترجمه خسرو صبوری (۱۳۸۱). تهران: نشر شیرازه.
- بهشتی، سیدجواد (۱۳۹۰). چهارصد سخن، چاپ دوم. تهران: ستاد اقامه نماز.
- باقی‌نصرآبادی، علی و همکاران (۱۳۸۹). جامعه‌شناسی فرهنگی. قم: انتشارات یاقوت.
- حمیدیان، برات (۱۳۸۹). مسجد و نیازهای معنوی جوانان. چکیده مقالات هجدهمین اجلاس سراسری نماز. تهران: انتشارات ستاد اقامه نماز.
- خامنه‌ای، سیدعلی (۱۳۸۸). بیانات مقام معظم رهبری در دیدار با اعضای شورای عالی انقلاب فرهنگی. ماهنامه مهندسی فرهنگی، ۴، ۱۰۳-۷۹.
- خیری، حسن (۱۳۸۶). جامعه‌شناسی وسائل ارتباط جمعی، تلویزیون و دین. رساله دوره دکتری. دانشگاه آزاد اسلامی.
- خواجehنوری، بیژن و همکاران (۱۳۹۰). رابطه سبک زندگی و تصور بدن؛ مطالعه موردی: زنان شیراز. فصلنامه تحقیقات فرهنگی، ۴، ۷۹-۱۰۳.
- سنگری، محمدرضا (۱۳۷۷). عوامل گرایش جوانان به نماز. چکیده مقالات برگزیده هشتمین اجلاس سراسری نماز. تهران: ستاد اقامه نماز.
- شادی طلب، ژاله (۱۳۸۲). مشارکت اجتماعی زنان. فصلنامه پژوهش زنان، ۱، ۱۴۱-۱۷۶.
- شالچی، وحید (۱۳۸۷). سبک زندگی جوانان کافی شاپ. فصلنامه تحقیقات فرهنگی، ۱، ۱۱۵-۹۳.
- ربانی، رسول و رستگاری، یاسر (۱۳۸۷). جوان و سبک زندگی و فرهنگ مصرفی. ماهنامه مهندسی فرهنگی، ۴، ۵۳-۴۳.
- عیوضی، غلام حسن (۱۳۹۰). سبک زندگی دینی و سریال خانوادگی. فصلنامه رسانه و خانواده، ۴، ۱۶۱-۱۳۷.
- فاضل‌قانع، حمید (۱۳۹۱). سبک زندگی دینی و نقش آن در کار و فعالیت جوانان. فصلنامه مطالعات جوان و رسانه، ۴، ۶۱-۳۶.
- فاضلی، نعمت... (۱۳۸۳). مصرف و سبک زندگی. تهران: پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات.
- فاضلی، نعمت... (۱۳۸۵). جوانان و انقلاب در سبک زندگی. فصلنامه رشد آموزش علوم اجتماعی، ۹، ۳۱-۲۲.
- کوئن، بروس (۱۳۹۱). درآمدی به جامعه‌شناسی. ترجمه محسن ثلاثی. تهران: نشر نگاه معاصر.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۹۲). تجدد و تشخیص: جامعه و هویت شخصی در عصر جدید. ترجمه ناصر موفقیان. تهران: نشر نی.
- معیدفر، سعید و صبوری، حبیب (۱۳۹۰). تعارض فرزندان با والدین در سبک زندگی. فصلنامه برنامه ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ۲۹۸-۶۷.
- مهدوی‌کنی، محمدسعید (۱۳۸۷a). دین و سبک زندگی. تهران: انتشارات دانشگاه امام صادق.
- مهدوی‌کنی، محمد سعید (۱۳۸۷b). مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی. فصلنامه تحقیقات فرهنگی، ۱، ۳۳۰-۱۹۹.
- مهدوی‌کنی، محمد سعید (۱۳۹۱). گزارش نشست سبک زندگی و دینداری. نشریه علوم اجتماعی، ۴، ۹۳-۹۲.
- میرزایی، جمشید (۱۳۹۲). تبیین نقش نمازجماعت در تعامل و روابط اجتماعی. کتاب مجموعه مقالات بیست و یکمین اجلاس سراسری نماز. تهران: انتشارات ستاد اقامه نماز.
- میرزایی، جمشید (۱۳۹۳). نگاهی جامعه‌شناختی به نقش نماز در بر ساخت سبک زندگی دینی. فصلنامه مطالعات سبک زندگی، ۴، ۴۶-۳۱.
- نصر، احمدرضا و همکاران (۱۳۸۷). بررسی فراتحلیلی عوامل مؤثر بر جذب و شرکت دانش آموزان در نماز جماعت مدارس. فصلنامه نوآوری‌های آموزشی، ۷، ۶۲-۸۶.
- ویر، ماکس (۴). اقتصاد و جامعه. ترجمه عباس منوچهری، مهردادترابی نژاد و مصطفی عمادزاده (۱۳۹۲). تهران: انتشارات سمت.
- ویر، ماکس (۴). دین، قدرت و جامعه. ترجمه احمد تدین (۱۳۹۲). تهران: انتشارات هرمس.
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction, A Social Critique of the Judgments of Taser*. Translated by Richard Nice. London: Routledge and Kagan Paul.
- Chaney, D. (10996). Life style. London, Routledge.
- Nonnemakera, J. M., McNeely, C. A., Blum, R.W. (2003). Public and private domains of religiosity and adolescent health risk behaviors: Evidence from the National Longitudinal Study of Adolescent Health. *Social Science & Medicine*, 57, 2049-2054.
- Oxford Advanced Learners Dictionary (2006). Oxford: Oxford University Press.