

## نقش تربیتی معناداری زندگی در مقابل پوچی از دیدگاه اسلام و تأثیر کاربست آن در نظام تعلیم و تربیت

سپیده نیکونژاد<sup>۱</sup>

سید ابراهیم میرشاه جعفری<sup>۲</sup>

### چکیده

**مقدمه:** زندگی معنادار یکی از بحث برانگیزترین مفاهیم در فلسفه و روان‌شناسی از نظر تاریخی است و تلاش برای درک ماهیت آن طی قرن‌های متمادی تداوم داشته است. بر این اساس، در این مقاله تلاش بر آن است که با نگاهی به معناداری زندگی در مقابل پوچی، از دیدگاه اسلام، اهمیت و نقش تربیتی آن را روشن کنیم و راهی جدید پیش روی متخصصان و صاحب نظران برای بهبود عملکرد در آموزش و پرورش باز نماید.

**روش تحقیق:** پژوهش حاضر به شیوه تحلیلی - مروری انجام شده است.

**یافته‌ها:** یافته‌های حاصل از این تحقیق نشان می‌دهد که معناداری زندگی در فرهنگ اسلامی مسئله‌ای بسیار مهم به شمار می‌آید. اسلام معنای حقیقی زندگی را قرب الهی می‌داند. هدف دار بودن زندگی عین معنادار بودن زندگی است.

**نتیجه‌گیری:** نتایج به دست آمده در فرایند تربیت و در نظام آموزش و پرورش نشان می‌دهد افرادی که به خدا ایمان دارند و معنای حقیقی زندگی را دریافته‌اند در مقابل شکست‌ها و چالش‌ها بهتر عمل می‌کنند و سرانجام تمام مراحل زندگی را به امید دست‌یابی به هدف خود و با انگیزه بیشتر طی می‌کنند تا به سر منزل مقصود برسند.

**کلیدواژه‌ها:** معناداری، پوچی، تعلیم و تربیت.

(۱). دانشجوی دکتری برنامه‌ریزی توسعه آموزش عالی دانشگاه کردستان (s.nikoonezhad@yahoo.com).

(۲). استاد دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه اصفهان (jafari@edu.ui.ac.ir).



## مقدمه

دغدغه معنا یا دغدغه دست‌یابی به زندگی معنادار یکی از اساسی‌ترین دغدغه‌های زندگی آدمی است (مروتی و بیرانوند، ۱۳۹۲) که از اعماق وجود او برمی‌خیزد. همان گونه که برخی از فیلسوفان بیان می‌کنند، «انسان تنها موجودی است که وجودش برای خودش مسئله است» (هایدگر<sup>۱</sup>، ۱۹۶۲؛ به نقل از علی‌زمانی، ۱۳۸۶). اساسی‌ترین دغدغه انسان این است که کیست، از کجا آمده است، به کجا می‌رود و راه رسیدن به هدف مطلوب چیست؟ (علی‌زمانی، ۱۳۶۸). در واقع، این همان نخستین پرسش‌گریزناپذیر است که انسان رو به کجا دارد. در مورد این سؤال نیچه گفته است: «کسانی که چرا<sup>۲</sup> را دارند از عهده هر چگونه‌ای برمی‌آیند؛ ولی دشواری دانستن چراست» (هندی، ۱۹۹۷، ص ۱۴۱). مفهوم جمله نیچه این است که انسان بداند دلیل وجودش چیست و برای چه خلق شده است. در این صورت قادر خواهد بود چگونگی دست‌یابی به دلیل خلقتش را بیابد. اصل موضوع این است که انسان بتواند خود را درک کند و بفهمد که خواست خدا برایش چیست. نیز فهم این موضوع که برای چه باید زندگی کرد و برای چه باید مُرد (سورن کی‌یرکگارد، به نقل از بوفورد<sup>۳</sup>، ۱۹۹۴، ص ۶۵).

معنای زندگی از جمله مقوله‌هایی است که اذهان متفکران بزرگی را در تاریخ بشر به خود مشغول داشته است و جست‌وجوی آن برای همه انسان‌ها در هر سطحی می‌تواند مطرح باشد. معنای زندگی ساختاری چندبعدی است که از راه‌های گوناگون فهم می‌شود؛ به طور کلی به ارزش و اهداف زندگی و برای برخی از افراد به معنویت اشاره دارد (ترک مقدم، ۱۳۸۸). آدمی برای زیستن در جهان نیاز به یک «برای» دارد که اگر نباشد او نمی‌داند نیروهای خود را به کدام سمت و سو معطوف دارد و عمر خود را مصروف چه چیزی کند (پویازاده، ۱۳۸۲). فرانکل<sup>۴</sup> تلاش در یافتن معنایی در زندگی را نیروی اصیل و بنیادی می‌داند نه بروز یا تظاهری

سال سیزدهم - شماره ۳۷ - تابستان ۱۳۹۵

1).Heidegger, 1962, p.236

۲).منظور همان معنا و هدف است.

3).Soren Kierkegaard, Buford

4). Frankl

از کشش‌های غریزی او معتقد است که معناجویی مسئله‌ای ذاتی در انسان است و به هیچ وجه جبرگرایانه یا اجباری نیست (فرانکل، ۱۳۷۵، ص ۳۰۱).

امروزه با مروری اجمالی در مسائل حوزه‌های فلسفه، روان‌شناسی، اخلاق، فلسفه دین و کلام همچنین اظهارات فلاسفه و متفکرانی همچون آلبر کامو<sup>۱</sup> می‌توان به این نتیجه رسید که معنای زندگی از جمله مسائل مهم در جهان معاصر است و پدیده‌هایی گوناگون چون اضطراب، افسردگی، ناامیدی و پوچی در ارتباط مستقیم با آن است. رواج روزافزون مشکلات و نارسایی‌های روان‌شناختی و اموری مانند خودکشی، سست شدن پیوندهای خانوادگی، طلاق، افزایش اعتیاد به مواد مخدر و توهم‌ها همه ناشی از شیوه نگرش خاص انسان‌ها درباره مسئله معنای زندگی است (مصری آبادی، استوار و جعفریان، ۱۳۹۲؛ رجبی، ۱۳۸۸). در پژوهش‌هایی متعدد نیز تأیید شده است که درک نکردن معنای زندگی با نداشتن درک مثبت از هویت خویش، احساس غمگینی و خودکارآمدی اندک رابطه مثبت معنادار داشته است. به این معنا که افرادی که درکی صحیح از زندگی ندارند و معنای زندگی را نیافته‌اند درکی مثبت از هویت خویش ندارند و یا دچار احساس غمگینی و خودکارآمدی اندک شده‌اند (بهداری خسرو شاهی و علیلو، ۱۳۹۱؛ شجاعی، غروی و جان بزرگی، ۱۳۹۱). بنابراین افرادی که معنای زندگی را دریافته‌اند در زندگی با مشکلاتی بیشتر دست و پنجه نرم خواهند کرد و بیماری‌های روانی گریبان آن‌ها را بیشتر از افرادی که معنای زندگی را یافته‌اند خواهد گرفت. در مقابل در پژوهش‌های زیادی نشان داده شده است که داشتن معنا در زندگی به بهبود سلامت روان، رضایت از زندگی و بهزیستی افراد کمک خواهد کرد (لواسانی، اژه‌ای و محمدی مصیری، ۱۳۹۲).

بی شک تکاپوی بی‌نهایت انسان، از آغاز تا امروز، جست‌وجوی حقیقت و کوشش برای دست‌یابی به معنای زندگی بوده است. به این منظور، آدمی از ابتدا، به جست‌وجوی خالق پرداخت. زیرا به قدرتی نیاز داشت که بتواند برایش معنا بیافریند و خدا، برای انسان

1). Albert Camus

خاکی، منادی معنا شد. خدا نیز، برای اینکه انسان را از این تناقض ذهنی نجات دهد، راهنمایانی از جنس خودشان برایشان فرستاد تا در کوچه تاریک تردید و تناقض های دنیوی چراغی در دست آنان نهاده باشد. با وجود این، هر چه زمان گذشت، تناقض ها و تضادهای فکری انسان نیز در این باره بیشتر شد. او هر چه آگاه تر شد، در حقیقت جهان بیشتر تردید روا داشت و از این روده‌ها مکتب فکری و فلسفی خلق نمود که هر یک راهی را برای رسیدن به معنا و حقیقت عرضه می‌کرد (محمدی، ۱۳۸۸). هر یک از این مکاتب فکری در یک دوره زمانی خاص و به مقتضای شرایط به وجود می‌آمد و پس از آنکه ناتوانی آن‌ها به بشر اثبات می‌شد رو به افول می‌گذاشت.

از جمله مکاتب و فلسفه‌های فکری، می‌توان به انسان‌گرایی در اروپای قرن هجدهم و نوزدهم اشاره کرد که در اثر تحولات ایجاد شده در این دوران از جمله توسعه علم و فناوری ها بروز یافت. ظهور این فلسفه فکری به تضعیف دین و معنویت دینی انجامید. در این مکتب، اعتقاد به وجود هر گونه مرجع متعالی و ماورای طبیعی رنگ باخت و تعالیم آسمانی انکار شد. در نتیجه توجه به معناداری زندگی از دیدگاه دین مورد غفلت قرار گرفت و انسان بنیان‌گذار و ارزش‌گذار اصول و اخلاق شمرده شد. پس از گذشت اندک زمانی، چون آدمی نتوانست با تکیه بر عقل و دانش خود پاسخ بسیاری از مسائل (به‌ویژه فلسفه حیات) را پیدا کند، وجود خود را پوچ و تهی یافت. چنین بود که فلسفه پوچ‌گرایی<sup>۱</sup>، بنیاد نهاده شد (چراغی، ۱۳۸۶). بنابراین اولین و شاید مهم‌ترین مشکلی که اعتلای علم مدرن به وجود آورده یا بر انسان آشکار ساخته است چیزی است که نیچه آن را عروج نیهیلیسم و ماکس وبر<sup>۲</sup> از دست رفتن معنا در زندگی می‌نامند (محمودیان، ۱۳۷۸).

از دیگر تحولات قرن هجدهم، نوزدهم و اوایل قرن بیستم، جریان عصر روشنگری بود که به رهبری دیدرو پدید آمد. به موجب آن، بر توانایی عقل بشری برای شناخت جهان

1). Nihilism

2). Max Weber

و نفی هرگونه مرجعیت جز وثاقت و مرجعیت علمی تأکید می‌شد. همچنین تجربه‌گرایی فرانسویس بیکن<sup>۱</sup>، دیدگاه‌های شکاکانه و تجربه‌گرایانه هیوم<sup>۲</sup>، نقادی‌های کانت<sup>۳</sup>، پیدایش مکاتب علمی فلسفی مانند مکتب آگوست کنت<sup>۴</sup> و پوزیتیویسم<sup>۵</sup>، پیدایش مارکسیسم<sup>۶</sup>، نظریه تکامل، تردید در برهان نظم، تردید در منزلت استثنایی انسان و نظریه‌های امیل دورکهایم<sup>۷</sup> و زیگموند فروید<sup>۸</sup> تحولات مهم در مدت یاد شده هستند. اما از دهه ۱۹۵۰ به بعد و به‌ویژه از دهه ۱۹۷۰ به این سو، جریان‌های احیای معنویت‌ها و بازگشت دین، به علت ناتوانی جریان‌های یاد شده در پاسخ‌گویی صحیح به مفهوم و معنای زندگی، رشد یافته است (مشکات، ۱۳۸۸).

پژوهشگران زیادی دین‌داری و مذهب را یکی از منابع اساسی در معنا بخشیدن به زندگی معرفی کرده‌اند (باستون و استوکز، ۲۰۰۴؛ ایمونز، ۲۰۰۵؛ هیکز و کینگ<sup>۹</sup>، ۲۰۰۸). بنابراین به جرئت می‌توان گفت که آشفتگی و سرگردانی انسان در جهان مدرن ناشی از فقدان ایمان او و دست برداشتن از خدا و دین است. سارتر در این باره می‌گوید: «تا زمانی که آدمیان به خدای آسمانی باور داشتند، می‌توانستند او را خاستگاه آرمان‌های اخلاقی خویش بدانند. جهانی که مخلوق و تحت حاکمیت خدا بود برای آدمی مسکنی مألوف، گرم و صمیمی بود. نوع بشر مطمئن بود که شر در عالم، هر قدر هم که زیاد باشد، در نهایت خیر بر آن غلبه خواهد کرد. اما اکنون، با ناپدید انگاشتن خداوند از صحنه زندگی بشر، وضع به کلی دگرگون شده است. جهان تحت مالکیت موجودی روحانی نیست؛ بلکه به عکس تحت سلطه نیروهای کور

- 1). Francis Bacon
- 2). Hume
- 3). Kant
- 4). August Comte
- 5). Positivism
- 6). Marxism
- 7). Emile Durkheim
- 8). Sigmund Freud
- 9). Batson And Stocks, Emmons, Hicks And King



است» (علوی تبار و محبتی، ۱۳۹۱). بنابراین این امر کم باعث بی معنا شدن زندگی بشر شده و او را دچار احساس سرخوردگی و ناکامی کرده است (کریمی قدوسی و علیزمانی، ۱۳۹۰). در این پژوهش تلاش شده است، با بررسی معنای زندگی از دیدگاه اسلام، تصویری از تأثیر باور داشتن به معنای زندگی در مقابل پوچ گرایی و شیوه اثرگذاریِ کاربری آن در نظام تعلیم و تربیت ارائه شود. برای این منظور، با روش تحلیلی مروری، به بررسی دیدگاه‌های متخصصان غیر اسلامی، متخصصان اسلامی، قرآن و نهج البلاغه پرداخته شده و دیدگاه‌های پوچ گرایانه در مقایسه با دیدگاه اسلام قرار داده شده است. در انتها اثر تربیتی به کارگیری معنا در تعلیم و تربیت برای مدرس و فراگیر بیان شده است.

### معنا از دیدگاه اسلام

معناداری زندگی یعنی هدفدار بودن رفتار و اعمال انسانی. آن کس که هدفی روشن در پیش رو ندارد احساس بی‌معنایی و پوچی می‌کند و، در فراز و نشیب حیات، رنجور و سرگشته گام برمی‌دارد. تداوم این احساس به صورت افسردگی، اقدام به خودکشی، روی آوردن به الکل و مواد مخدر و پرخاشگری‌های ویران‌ساز جلوه‌گر می‌شود و آدمی را از شکوفایی و جامعه را از سرزندگی دور می‌سازد (گلزاری، ۱۳۸۸). یگانه راه معنا دار شدن زندگی ایمان به خدا و داشتن نگاه دینی به کیهان است و اینکه انسان، با وجود همه رنج‌ها و ناکامی‌هایی که با آنها مواجه می‌شود، فقط با متدین و مؤمن بودن می‌تواند همچنان احساس کند که زندگی عبث و بی‌معنا نیست. اگر انسان متدین باشد و بپذیرد که خدا موجودی دانا، توانا و سراسر خیر است که بنیان‌گذار و خالق جهان فیزیکی است و از این خلقت خود هدفی دارد، هرگز دچار احساس بی‌معنایی نمی‌شود (متز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷، به نقل از علیزمانی و دریانی اصل، ۱۳۸۹). در تعالیم اسلامی، اعتقاد بر این است که خداوند متعال انسان را آفریده و آفرینش او عبث و بیهوده نبوده است. این مسئله خود نشان‌دهنده وجود معنا در زندگی است. زیرا اگر کاری بیهوده نباشد در پس خود هدف، علت و یا معنایی دارد. همچنین قرآن کریم،

1).Metz



که در بردارنده کلام الهی است، در آیات اعتقادی، تبیین کننده اصل معناداری زندگی است و در آیات احکام و اخلاقی راه و روش زندگی معنادار را نشان می‌دهد. برای مثال، در آیه‌ای چنین بیان شده است: «أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ» آیا گمان می‌کنید که شما را بیهوده آفریدیم و شما به سوی ما باز نمی‌گردید (مؤمنون / ۱۱۵). قرآن در آیات متعدد دیگری نیز اصل معناداری یا هدفمندی زندگی را به طرق مختلف بیان و نفی آن را نکوهش و آن را گناهی بزرگ قلمداد می‌نماید:

۱. «وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاءَ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لَاعِبِينَ، لَوْ أَرَدْنَا أَنْ نَتَّخِذَ لَهْوًا لَاتَّخَذْنَا مِنْ لَدُنَّا إِنْ كُنَّا فَاعِلِينَ» و آسمان و زمین و آنچه را میان آن دو است به بازیچه نیافریدیم؛ اگر می‌خواستیم بازیچه‌ای بگیریم قطعاً آن را از پیش خود اختیار می‌کردیم (انبیاء / ۱۷-۱۶).
۲. «وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لَاعِبِينَ، مَا خَلَقْنَاهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ» و آسمان‌ها و زمین و آنچه را میان آن دو است به بازی نیافریده‌ایم؛ آنها را جز به حق نیافریده‌ایم؛ اما بیشترشان نمی‌دانند (دخان / ۳۹-۳۸).
۳. «أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى» آیا انسان گمان می‌کند بی‌هدف رها می‌شود (قیامت، ۳۶).
۴. «وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا» و در آفرینش آسمان‌ها و زمین می‌اندیشند که پروردگارا این‌ها را بیهوده نیافریده‌ای (آل عمران / ۱۹۱).
۵. «وَهُوَ الَّذِي خَلَقَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ بِالْحَقِّ» و او کسی است که آسمان‌ها و زمین را به حق آفرید (انعام / ۷۳).
۶. «إِنَّ الدِّينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأَنَّنُوا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ، أُولَئِكَ مَاوَاهُمُ النَّارُ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ» کسانی که به دیدار ما امید ندارند و به زندگی دنیا دل خوش کرده و بدان اطمینان یافته‌اند و کسانی که از آیات ما غافل‌اند آنان به کیفر آنچه به دست می‌آورند جایگاهشان آتش است (یونس / ۷-۸).

همچنین قرآن کریم در آیاتی متعدد سه معنی (یا هدف) برای زندگی مردم بیان می‌نماید که تفاوت این سه معنا در نگاه به آغاز و انجام این زندگی و زیستن بر اساس این آغاز و انجام است: معنای اول: زندگی کردن با معنایی که از تولد انسان شروع می‌شود و به مرگ خاتمه می‌یابد.



قرآن زندگی با این معنار و واقعیت بسیاری از مردم می‌داند و این تعریف از زندگی را سخت نکوهش می‌کند: «أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى أَلَمْ يَكُ نَظْفَةً مِّن مَّنِي يُمْنِي ثُمَّ كَانَ عَلَقَةً فَخَلَقَ فَسَوَّى فَجَعَلَ مِنْهُ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَىٰ أَلَيْسَ ذَلِكَ بِقَادِرٍ عَلَىٰ أَنْ يُحْيِيَ الْمَوْتَىٰ» (قیامت / ۴۰-۳۶) «زَعَمَ الَّذِينَ كَفَرُوا أَنْ لَّنْ يُبْعَثُوا قُلْ بَلَىٰ وَرَبِّي لَتُبْعَثُنَّ ثُمَّ لَتُنَبَّؤُنَّ بِمَا عَمِلْتُمْ وَذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ» (تغابن / ۷) «وَأَنَّهُمْ ظَنُّوا كَمَا ظَنَنْتُمْ أَنْ لَّنْ يَبْعَثَ اللَّهُ أَحَدًا» (جن / ۷) «وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا بَلْ أحيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ» (آل عمران / ۱۶۹) «إِذَا السَّمَاءُ انفطرت، وَإِذَا الْكُواكِبُ انشثرت، وَإِذَا الْبِحَارُ فُجرت، وَإِذَا الْقُبُورُ بُعْثرت، عَلِمْتَ نَفْسَ مَا قَدَّمَتْ وَأَخَّرَتْ» (المطففين / ۵-۱) «وَعَرَضُوا عَلَىٰ رَبِّكَ صَفًّا لَقَدْ جِئْتُمُونَا كَمَا خَلَقْنَاكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ بَلْ زَعَمْتُمْ أَلَّنْ نَجْعَلَ لَكُم مَّوْعِدًا» (الكهف / ۴۸) «أَوْ خَلَقًا مِّمَّا يَكْبُرُ فِي صُدُورِكُمْ فَسَيَقُولُونَ مَنْ يُعِيدُنَا قُلِ الَّذِي فَطَرَكُمْ أَوَّلَ مَرَّةٍ فَسَيُنْغِضُونَ إِلَيْكَ رُءُوسَهُمْ وَيَقُولُونَ مَتَىٰ هُوَ قُلْ عَسَىٰ أَنْ يَكُونَ قَرِيبًا» (الاسرا / ۵۱) «إِنَّ هَؤُلَاءِ لَيَقُولُونَ إِنْ هِيَ إِلَّا مَوْتَتُنَا الْأُولَىٰ وَمَا نَحْنُ بِمُنشَرِينَ فَأْتُوا بِآيَاتِنَا إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ أَمْ خَيْرٌ أَمْ قَوْمٌ اتَّبَعَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ أَهْلَكْنَاهُمْ إِنَّهُمْ كَانُوا مُجْرِمِينَ وَمَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا لِأَعْبِينَ مَا خَلَقْنَاهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَلَكِنَّ أَكْثَرَهُمْ لَا يَعْلَمُونَ إِنْ يَوْمَ الْفُضْلِ مِيقَاتُهُمْ أَجْمَعِينَ يَوْمَ لَا يُغْنِي مَوْلَىٰ عَنْ مَوْلَىٰ شَيْئًا وَلَا هُمْ يُنصَرُونَ إِلَّا مَنْ رَحِمَ اللَّهُ إِنَّهُ هُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ» (الدخان / ۴۲-۳۴).

حضرت علی (ع) نیز در حکمت ۳۷۷ نهج البلاغه در نکوهش دنیا فرموده است: از نشانه‌های خواری دنیا نزد خدا آن است که معصیت نکنند او را مگر در دنیا و سعادت و نیکبختی را که نزد او است نیابند مگر به دوری از آن. معنای دوم: زندگی با معنایی که از قبل از تولد شروع و به گرفتار نیامدن در عذاب الهی یا ورود به بهشت الهی می‌انجامد. قرآن این معنا را در مقایسه با معنای اول می‌ستاید؛ ولی در مقایسه با معنای سوم شرک و ضلالت معرفی می‌نماید: «إِنَّ اللَّهَ يُدْخِلُ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ جَنَّاتٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ إِنْ اللَّهَ يَفْعَلُ مَا يُرِيدُ» (الحج / ۱۴) «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ كَانَتْ لَهُمْ جَنَّاتُ الْفِرْدَوْسِ نُزُلًا» (الكهف / ۱۰۷) «إِنَّ الَّذِينَ سَبَقَتْ لَهُمْ مِنَّا الْحُسْنَىٰ أُولَٰئِكَ عَنْهَا مُبْعَدُونَ» (الانبیاء / ۱۰۱) «مَنْ عَمِلَ سَيِّئَةً فَلَا يُجْزَىٰ إِلَّا مِثْلَهَا وَمَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ» (غافر / ۴۰) «وَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ وَلَا يُظَلَّمُونَ تَقِيرًا» (النسا / ۱۲۴) «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّقُونَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحْزِحَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ بَاطِلٌ» (آل عمران / ۱۸۵) «إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَخْبَتُوا إِلَىٰ رَبِّهِمْ أُولَٰئِكَ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمْ فِيهَا خَالِدُونَ» (هود / ۲۳) «لَا يَدْخُلُوهَا فِيهَا الْمَوْتَةُ الْأُولَىٰ وَوَقَاهُمْ عَذَابَ الْجَحِيمِ» (الدخان / ۵۶).





معنای سوم: زندگی با معنایی که از قبل از تولد شروع می شود و به مقام قرب الهی می انجامد: «وَمِنَ الْأَعْرَابِ مَنْ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَيَتَّخِذُ مَا يُنْفِقُ قُرْبَاتٍ عِنْدَ اللَّهِ وَصَلَوَاتِ الرَّسُولِ أَلَا إِنَّهَا قُرْبَةٌ لَهُمْ سِذِّخْلَهُمُ اللَّهُ فِي رَحْمَتِهِ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ» (التوبه / ۹۹) «وَالسَّابِقُونَ السَّابِقُونَ أُولَئِكَ الْمُقَرَّبُونَ» (الواقعه / ۱۰-۱۱) «فَأَمَّا إِنْ كَانَ مِنَ الْمُقَرَّبِينَ فَرَوْحٌ وَرَيْحَانٌ وَجَنَّتْ نَعِيمٌ» (واقعه / ۸۹-۸۸) «وَمَا أَدْرَاكَ مَا عَلَيْنَا كِتَابٌ مَرْكُومٌ يَشْهَدُهُ الْمُقَرَّبُونَ إِنَّ الْأَبْرَارَ لَفِي نَعِيمٍ عَلَى الْأَرْئِكَ يَنْظُرُونَ تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ يُسْقَوْنَ مِنْ رَحِيقٍ مَحْتُومٍ خَتَامُهُ مِسْكٌ وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ وَمِنْ أَجْهِهِ مِنْ تَسْنِيمٍ عَيْنًا يَشْرَبُ بِهَا الْمُقَرَّبُونَ» (المطففين / ۲۸، ۱۹) «الَّذِينَ يَنْظُرُونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا رَبِّهِمْ وَأَنَّهُمْ إِلَيْهِ رَاجِعُونَ» (البقره / ۴۶).

وجه اشتراک زندگی با معنای اول و دوم در نگاه تجارت مدارانه انسان به زندگی است. بدین معنا که گروه اول تجارت نقد می کنند و گروه دوم خواه گریزندگان از جهنم و خواه طالبان بهشت نسیه تجارت می کنند. گروه اول برای رسیدن به لذات دنیوی بهای آن را به هر شکل ممکن می پردازند و کالای خود را همین جا نقد می طلبند. اما گروه دوم بهای دفع رنج عذاب و جلب لذت بهشت را که انجام دادن فرمان های الهی و ترک نواهی است اینجا می پردازند؛ ولی کالای خود را در سرایی دیگر می طلبند. این گروه، از آن رو که به معامله نسیه خداوند با خود ایمان دارند، مورد ستایش خداوند هستند. ولی از آن رو که به دلیل ترس از عذاب و یا شوق بهشت کار می کنند، در ضلالت اند. اما گروه سوم، که هر آنچه می کنند و از هر چه اجتناب می ورزند به شوق هم نشینی با خدا و وصول به مقام قرب است، هم در این جهان زندگی خوشی دارند و هم به شوق رسیدن به مراتبی بالاتر در این دنیا تلاشی بیشتر می کنند. در نتیجه، پوچ انگاشتن زندگی، با هر دیدگاهی، خود نگاهی پوچ است و همان طور که گفته شد معناداری زندگی مقوله ای دارای مراتب است (شکرانی / ۱۳۸۸).

از دیدگاه اسلام، زندگی خود دارای معنای ذاتی است و آفرینش خلقت خود گواهی بر این معناست. دین برای انسان هدفی مشخص بیان نموده است و غایت انسان را حرکت به سمت کمال و عمق معناداری را فنا شدن در راه حق می داند. دین اسلام چند مؤلفه برای معناداری زندگی بیان کرده است که در بردارنده ایمان، عشق، کار، رنج، معنای غایی و معنای مرگ است (اسدپور و حسین چاری / ۱۳۸۹).

قرآن در باب معنای زندگی پیشنهادی عرضه می‌کند که در واقع همان نظریه بی‌پیرایه و تحریف نشده ادیان توحیدی است که بر هدف‌داری کیهان و تقاضای سرشت انسان تکیه دارد. دیدگاه قرآن، به رغم وسوسه‌افکنی‌های داخلی و خارجی گذشته و تلاش‌های مستمر، گسترده و پرهزینه جهان شکل گرفته بر اصول روشنگری و رنسانس، همچنان با صلابت، سلامت و قدرت در سیمای زندگی بخشی از جامعه بشری می‌درخشد و به سایر انسان‌ها نیز نوید آرامش، آسایش و سعادت می‌دهد (سجادی، ۱۳۸۵).

کانونی‌ترین مفهوم زندگی در قرآن واژه «حیات» است. حیات گاهی مقابل عدم و نیستی قرار می‌گیرد. همچنین گاهی مقابل موت است که خود مرحله‌ای از زندگی است. این موت گاهی مرگ جسمی و طبیعی است و گاهی مرگ درونی و ادراکات است. حیات نیز دارای مراتبی است: پایین‌ترین مرتبه زندگی (الحیة الدنیا) یا زندگی پست یا دم‌دستی است که در ۶۹ آیه از قرآن برای این گونه حیات تعبیری همچون متاع فریبنده، لهُو و بیهوده، بازی، متاع اندک، آرایش و فریبا را به کار برده است «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَإِنَّمَا تُوَفَّقُونَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ فَمَنْ زُحِرَ عَنِ النَّارِ وَأُدْخِلَ الْجَنَّةَ فَقَدْ فَازَ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ» (آل عمران، ۱۸۵) «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَهَوٌّ وَلَلْآخِرَةُ خَيْرٌ لِّلَّذِينَ يَتَّقُونَ أَفَلَا تَعْقِلُونَ» (انعام، ۳۲) «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا مَا لَكُمْ إِذَا قِيلَ لَكُمْ انفِرُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَتَأْتِلُمُ إِلَى الْأَرْضِ أَرْضَيْتُمْ بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا مِنَ الْآخِرَةِ فَمَا مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا قَلِيلٌ» (توبه، ۳۸) «اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ» (رعد، ۲۶) «وَمَا هَذِهِ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهُوٌّ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ» (عنكبوت، ۶۴) «إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَهَوٌّ وَإِنْ تُؤْمِنُوا وَتَتَّقُوا يُؤْتِكُمْ أُجُورَكُمْ وَلَا يَسْأَلْكُمْ أَمْوَالَكُمْ» (محمد، ۳۶) «اعْلَمُوا أَنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌ وَهَوٌّ وَزِينَةٌ وَتَفَاخُرٌ بَيْنَكُمْ وَتَكَاثُرٌ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ أَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتْرَاهُ مُمْضِرًا ثُمَّ يَكُونُ حُطَامًا وَفِي الْآخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَغْفِرَةٌ مِنَ اللَّهِ وَرِضْوَانٌ وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا مَتَاعُ الْغُرُورِ» (حدید، ۲۰) (جعفری، ۱۳۷۹؛ به نقل از هاشمی، ۱۳۸۲). در این مرحله از زندگی هیچ انتخاب و رشدی وجود ندارد؛ بلکه همان نقطه شروع است و این یگانه بهره کافران است که خود را از رشد بی‌نصیب کرده‌اند «لِلَّذِينَ كَفَرُوا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا» (بقره، ۲۱۲). اما آنان که، با ایمان یعنی پذیرش درونی و عمل صالح یعنی عمل بیرونی به اقتضای آن پذیرش، زندگی

خود را رقم زده اند به حیات طیبه می‌رسند (مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَى فَلَنَحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً). رسیدن به این سطح برای کسانی میسر است که در انگیزه خود زندگی دیگر یا برتر یا بلندتر را انتخاب کنند (الدَّارُ الْآخِرَةُ). همان طور که حضرت علی (ع) فرمودند، دنیا آرزوی بدبختان است و آخرت پیروزی نیک‌بختان (میزان الحکمه، صص ۵۳، ۵۲). چرا که از دیدگاه قرآن آخرت جایگاه واقعی حیات است «وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِيَ الْخَيْرُونَ» (عنکبوت / ۶۴). این حیات اکتسابی است و با انتخاب و تلاش حاصل می‌شود. برای همین برخی در آخرت زنده مبعوث می‌شوند. همچنین همنشینی معنادار حیات، موت و حیات مجدد در آیات متعدد قرآن نشانه متنوع بودن سطح حیات آغازی با حیات فرجامی از دیدگاه قرآن است: «كَيْفَ تَكْفُرُونَ بِاللَّهِ وَكُنْتُمْ أَمْوَاتًا فَأَحْيَاكُمْ ثُمَّ يُمَيِّتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ ثُمَّ إِلَيْهِ تُرْجَعُونَ» (البقره / ۲۸) «تُولِجُ اللَّيْلَ فِي النَّهَارِ وَتُؤَلِّجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ وَتُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَتُخْرِجُ الْمَيِّتَ مِنَ الْحَيِّ وَتَرْزُقُ مَنْ تَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ» (آل عمران / ۲۷) «يُخْرِجُ الْحَيَّ مِنَ الْمَيِّتِ وَيُخْرِجُ الْمَيِّتَ مِنَ الْحَيِّ وَيُحْيِي الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَكَذَلِكَ تُخْرَجُونَ» (الروم / ۱۹) «يَوْمَ نَطْوِي السَّمَاءَ كَطَيِّ السِّجِلِ لِلْكِتَابِ كَمَا بَدَأْنَا أَوَّلَ خَلْقٍ نُعِيدُهُ وَعَدَا عَلَيْنَا إِنَّا كُنَّا فَاعِلِينَ» (الانبيا / ۱۰۴). تلاش پیام‌آوران معنای زندگی رساندن بشر به سطح واقعی یا معنوی زندگی است: «اسْتَجِيبُوا لِلَّهِ وَلِلرَّسُولِ إِذَا دَعَاكُمْ لِمَا يُحْيِيكُمْ» (الانفال / ۲۴). بالاترین مرتبه حیات، بعد از رسیدن به بهره‌مندی و رؤیت تجلی حیات، تحقق به اسم «حی» خداوند است که او محیی و ممیت نیز هست. کسانی که به این مرتبه از معناداری برسند خود زندگی‌بخش‌اند (داستان عیسی و ابراهیم). همنشینی دو اسم حسنای «حی» و «قیوم» اوج معنابخشی زندگی است (مطیع / ۱۳۸۸).

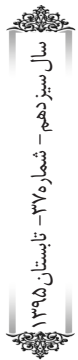
تفاوت اساسی دیدگاه مادی و الهی این است که در دیدگاه الهی، اگر انسان در این جهان مادی به خواسته‌های خود دست نیافت، در عالم معنی و در سرای آخرت جبران خواهد شد. ولی، بر اساس بینش مادی که به خدا و عالم معنی و آخرت ایمان ندارند، از عنصر جبران خبری نیست. از این رو، در هنگام مواجه شدن با مشکلات، بیشتر دچار فشار روانی و یأس از زندگی می‌شوند و چه بسا تن به خودکشی می‌دهند. پس در مسئله هدف‌داری و جست‌وجوی معنی، می‌توان گفت که مؤمن در زندگی خود متوقف نمی‌شود و در هر



شرایطی انعطاف‌پذیر است و روحیه خود را با محیط منطبق می‌سازد. زیرا زندگی کنونی خود را مقدمه زندگی جاودانه بهشت و رسیدن به رضوان الهی می‌داند. انسان مؤمن از نقصان خیر و ثواب و از احاطه رنج و خوف بر خود بیمناک نیست. اصولاً اولیای خداوند هیچ ترس و اندوهی به دل خود راه نمی‌دهند. ایشان در حالت ایستاده، نشسته و خفته متفکرانه و در حال خضوع می‌گویند: ما از خداییم و به سوی خدا بازمی‌گردیم (سلطانی رنانی / ۱۳۸۳).

علت بسیاری از اختلال‌های روانی احساس پوچی و بی‌هدفی است. اهداف انسان در زندگی سطح توانایی‌های او را به آزمون می‌کشد و ذهنش را به آینده متصل می‌سازد. فرانکل (۱۳۸۰) معتقد بود که انسان معنای زندگی خود را شکل می‌دهد (فرانکل، ۱۳۸۰، ص ۴). نتایج تحقیقات متعددی چون تحقیق یانگ<sup>۱</sup> (۱۹۹۴) و پوستر<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) نشان داد که امیدواری سهمی مهم در بهبودی بیماری‌های مختلف روانی دارد. ماسکارو<sup>۳</sup> و روزن<sup>۴</sup> (۲۰۰۵) با اجرای تحقیقی بر روی دانشجویان دانشگاه نشان دادند که معنای وجودی نقشی بسیار مهم در افزایش امیدواری دارد. علاوه بر این، آن‌ها در این تحقیق نشان دادند که معنای وجودی در پیشگیری از بروز نشانه‌های افسردگی نقشی مهم ایفا می‌کند (بهروزی، محمدی، ۱۳۸۷).

معناداری زندگی و جایگاه و اهمیت آن برای برخوردار بودن از زندگی خوب و شاد امری انکارناپذیر است (ریف<sup>۵</sup> و سینجر<sup>۶</sup>، ۱۹۹۸؛ به نقل از نصیری و جوکار، ۱۳۸۷). رابطه معنادر زندگی با سلامت عمومی افراد جامعه و اهمیت آن بیش از پیش مشخص شده و نشان داده شده است که معنای زندگی بر سلامت روان آثاری مثبت دارد (طالب‌زاده شوشتری و پورشافعی، ۱۳۹۰). زندگی بزرگ‌ترین نعمتی است که خداوند به انسان‌ها عطا فرموده است و در صورت بهره‌گیری



- 1). Young
- 2). Poster
- 3). Maskarv
- 4). Rosen
- 5). Reef
- 6). Synjr

درست از آن، می توان آینده سعادت بخش و روشن، هم در این جهان و هم در جهان آخرت، به دست آورد. البته کسی می تواند از این سرمایه بهره کامل را ببرد که معنای زندگی را دریافته باشد (اختر محقق/۱۳۸۶).

در دیدگاه های غیر دینی، پوچی زندگی یا معناداری آن ارتباطی با زحمت کم یا زیاد ندارد؛ بلکه چه بسا زحمت زیاد غالباً امری است که برای محقق ساختن اهداف بلند ضرورت دارد. آنچه منجر به پوچی زندگی می شود تکرار بی وقفه و بدون نتیجه است. در دیدگاه دینی تأکید بر این است که بدون وجود خداوند و فناپذیری زندگی معنایی نخواهد داشت. معنادهی دین به زندگی به این نحو است که با ارائه برنامه هایی سعی دارد، با مدیریت حیات بشر، بشر را به معنای زندگی خود یعنی خلاقیت برساند. زهد، تقوی و مناسک عملی همچون نماز همه عواملی برای ایجاد خلاقیت انسان است. فقدان خلاقیت با رنج، یأس و دل سردی برابر است. البته ممکن است کسی خلاقیت را از دست بدهد، اما به دلیل دل مشغولی به دلخوشی های کاذب نتایج آن را احساس نکند (مهدوی آزاد بنی، ۱۳۸۶). در واقع، زندگی معنادار همراه با خلاقیت، آزادی و هدفمندی است.

گاهی در زندگی وضعی پیش می آید که انسان از انجام دادن کاری محروم می شود و یا در انجام دادن آن کامیاب نمی گردد. بنابراین چیزی که اجتناب ناپذیر و محوناشدنی است «رنج» است. در واقع، حذف رنج و مشقت از زندگی منجر به معناداری آن نخواهد شد. چه بسا در نهایت رنج و سختی زندگی معنادار باشد و یا در اوج خوشی زندگی بی معنا باشد. برای نمونه، دکتر فرانکل روانپزشک و نویسنده گاهی از بیماران خود که از اضطراب و دردهای کوچک و بزرگ رنج می بردند و شکوه می کردند می پرسید «چرا خودکشی نمی کنید؟». جواب هایی که وی دریافت می کرد دربرگیرنده این مسئله بود که در زندگی هر کسی چیزی وجود دارد. در زندگی شخصی عشق وجود دارد که او را به دیگران پیوند می دهد. در زندگی دیگری استعدادی که بتواند آن را به کار گیرد و در زندگی دیگری شاید فقط خاطراتی که ارزش حفظ کردن را دارد. همه این ها می تواند به زندگی فرد



معنی بیخشد و وی را به زندگی امیدوار سازد. به رسمیت شناختن رنج‌ها در زندگی و، به تعبیر بهتر، تدبیر و واریسی آنچه در پشت رنج‌های عجیب و گوناگون نهفته و یافتن تدبیر الهی در ورای آنها (همان یافتن معنا) یکی از مسائلی است که بر آن تأکید شده است. در عرصه رویارویی با مشقت‌ها، هرگز نباید میدان را به نفع سختی‌ها خالی کرد. بلکه باید به شناسایی هر چه بیشتر سرچشمه آن پرداخت و «معنی» نهفته در پس آن را دریافت نمود (خوش‌منش / ۱۳۸۷). زیرا، در صورتی که انسان در مقابل رنج‌ها شانه خالی کند، دچار یأس و ناامیدی می‌شود.

پوچ‌گرایی و نیافتن معنایی برای زندگی نیز می‌تواند انسان را دچار ناامیدی کند. ناامیدی یعنی دل‌مردگی ناشی از افسردگی که می‌تواند خود را به شکل از دست رفتن امید به آینده نشان دهد. در این شرایط، فرد احساس می‌کند نامطبوع خواهد بود و، در موارد شدید، احساس می‌کند که آینده برایش وجود ندارد. طبق نظر اشنایدرز<sup>۱</sup>، ناامیدی حالتی تکان‌دهنده است که با احساسی از ناممکن بودن امور، ناتوانی و بی‌علاقگی به زندگی مشخص می‌شود. فرد در اثر ناامیدی به شدت غیرفعال می‌شود و نمی‌تواند موقعیت‌های مختلف خود را بسنجد و بر اساس آن‌ها تصمیم‌گیری نماید (اسلامی نسب، ۱۳۷۳، به نقل از غلامی و دیگران، ۱۳۸۸). همان‌طور که بیان شد، ناامیدی بُعدی از افسردگی است و بیشتر شناختی است تا عاطفی. یعنی فرد، از نظر مبانی شناختی، به نوعی ناامیدی در احتمال وقوع تغییرات مثبت و حل مشکلات می‌رسد. همان‌گونه که ناامیدی انسان را به بی‌تحرکی می‌کشاند و در موارد شدید به خودکشی منتهی می‌شود، معناگرایی با در نظر گرفتن گذرا بودن هستی و وجود انسانی، به جای بدبینی و انزوا، انسان را به تلاش و فعالیت ترغیب می‌نماید. بر اساس معناگرایی، آنچه انسان‌ها را از پای درمی‌آورد رنج‌ها و سرشت نامطلوبشان نیست، بلکه بی‌معنا شدن زندگی است که مصیبت بار است. از این رو، اگر رنج را شجاعانه بپذیریم، تا واپسین دم، زندگی معنا خواهد داشت (فرانکل، ۱۳۸۰: ۷۷ و ۷۸ و ۸۱ و ۸۲). معنای زندگی

1).Schneiders

می‌تواند حتی معنی بالقوه درد و رنج را نیز دربرگیرد (بهادری خسروشاهی و علیلو، ۱۳۹۱). فرانکل می‌گوید در دنیا چیزی وجود ندارد که به انسان بیشتر از یافتن «معنی» وجودی خود در زندگی یاری رساند.

از نظر فرانکل، بیماران سرطانی که به طور جدی با مرگ رو به رو شده‌اند آمادگی و زمینه لازم برای درک و بینشی بهتر از زندگی دارند؛ به دلیل اینکه مواجهه با مرگ آنها را به حالت پوچی، بیهودگی و بی‌معنایی درباره زندگی رسانده است. در واقع، معنا درمانی در بسیاری از موارد باعث بهبود بیماران سرطانی و دیگر بیماران دارای مشکل روحی و روانی شده است (شعاع کاظمی و سعادت، ۱۳۸۹). معنادرمانی بر اساس واقعیت معناجویی در انسان بنا شده است و پیام آن این است که انسان بدون هدف و انگیزه و بدون معنا در زندگی نمی‌تواند زندگی کند (روحانی نژاد و نوربالا، ۱۳۷۶). معنا درمانی روشی است که کاربرد آن می‌تواند فرد را در یافتن معنای زندگی یاری دهد. معنا بخش بودن زندگی عبارت است از پاسخ مثبت به زندگی با وجود هر چه با آن رو به رو می‌شویم، خواه رنج و خواه مرگ؛ شیوه‌ای که انسان سرنوشت را می‌پذیرد و برای رنج خویش معنایی می‌یابد. در واقع، معناجویی تلاش و مبارزه انسان برای نیل به آرمان یا ارزشی و در نهایت تلاش برای دستیابی به معنای زندگی است. درمان مبتنی بر معنا ویژه کسانی است که با ناکامی وجودی و ناتوانی یافتن دلیلی برای زندگی کردن روبه‌رو شده‌اند (فخار و دیگران، ۱۳۸۷).

معنا درمانی در موارد زیادی منجر به بهبود بسیاری از مشکلات و بیماری‌های بشر شده است. بنابراین زمانی که فردی چرایی زندگی (معنای زندگی) را بیابد با هر چگونگی (رنج و سختی و امثال آن) خواهد ساخت. این جمله، که در ابتدای مقاله از نیچه بیان گردید، خود حکمت بزرگ معناداری زندگی و اهمیت بسزای آن را به خوبی روشن ساخته است.

در عصری که اگر آن را بحران معنا و معنویت نام‌گذاری کنیم ناروا نیست که برخی معتقدند زندگی ارزش زیستن ندارد و باید گذراند. در مقابل، عده‌ای معتقدند لحظه به لحظه زندگی فرد معنادار است و انسان باید در زندگی فردی اش معنایی کند (رحمانی اصل، ۱۳۸۹).



با توجه به مطالب گفته شده، اهمیت معنایابی در زندگی بشر به وضوح به چشم می خورد. بنابراین آدمی باید پیوسته در پی یافتن معنایی در زندگی خویش باشد. معناداری زندگی می تواند از طریق آموزه های دینی به دست آید. آموزه های دینی نیز باید بتواند هدفی روشن، درست و شاخص دار را بیان کند. اگرچه می توان از غیر دین نیز به معنا دست یافت، اگر این هدف و معنا از غیر دین گرفته شود، راهی اشتباه در پیش گرفته خواهد شد. زیرا ماهیت انسان را فقط خالق انسان می داند. هدف های برتر و بهتر را خالق انسان می داند. غیر از تربیت درون دینی، پیمودن هر مسیر دیگری منجر می شود که انسان ها به چند راهه کشانده شوند. هدف باید با معناشناسی و راهکارهایی که معناشناسی می تواند انجام دهد قرین باشد. در انسان شناسی فلسفی گفته اند: اصلی ترین ابعاد شخصیت انسان خواستن و دانستن است. انبیا نیز در تربیت نبوی خودشان آمدند و این دو قسمت را تنظیم کردند: «هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُوا عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ» (الجمعه، ۲). «یزکیهم» تدوین و تنظیم خواستن ها؛ «يُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابُ وَالْحِكْمَةَ»: تنظیم دانستنی ها (شاملی / ۱۳۸۸).

بر اساس مطالب بیان شده از تعالیم اسلامی و تأییدهای ارائه شده از متون و منابع دیگر، لزوم وجود معنایی در زندگی فرد انسان ها احساس می شود و بهترین منبعی که می توان از طریق آن به معنایی صحیح در زندگی خویش دست یافت آموزه های دینی است. اسلام نیز، که آخرین و کامل ترین ادیان است، بالطبع می تواند کامل ترین و بهترین منبع به منظور کشف معنای زندگی باشد. آموزه های قرآن کریم و احادیث سرشار از مطالبی است که با مراجعه و درک مفهوم آن ها می توان به معنای زندگی دست یافت و خود را از بند پوچ گرایی ها آزاد کرد. بدین ترتیب، طبق بیانات اسلامی، انسانی که معنای زندگی را یافته باشد در مقابل ناملايمات مقاومت می کند و با روحیه ای سرشار از توکل و امید به پیروزی مسیر پرفراز و نشیب زندگی را طی خواهد نمود. چنین فردی از شکست های خویش مأیوس نخواهد شد و با اراده ای بیشتر گام برخواهد داشت. سرانجام همین امر در هر دو سرا منجر به موفقیت وی خواهد شد؛ زیرا به فرموده رسول اکرم (ص): «دنيا مزرعة آخرة است».





### نقش معناداری زندگی در تعلیم و تربیت

با توجه به اهمیت معنا در زندگی بشری و با توجه به اینکه ایران کشوری اسلامی است، نقش این معنا در تعلیم و تربیت و این مسئله که معناداری زندگی در امر تعلیم و تربیت امری بسیار مؤثر است به خوبی آشکار است (صادقیان و همکاران، ۱۳۸۸). در نتیجه معناداری زندگی در صورت به کار گرفته شدن در نظام تعلیم و تربیت می تواند برای فراگیران منجر به نتایج زیر شود:

۱. همیشه یادگیرنده ای که هدف از یادگیری خویش را یافته است از یادگیرنده ای که نمی داند به چه دلیل باید این دروس دشوار را یاد بگیرد بهتر عمل خواهد کرد. فردی که می داند زندگی اش بدون دانستن و درک حقایق بی معنا خواهد بود همیشه در تلاش است مسائل را دریابد و به کنه آنها پی ببرد. در نتیجه زمانی که از حقایق آگاه شد عملکردش نیز به مراتب بهتر و اثربخش تر از زمانی است که درباره آن ها اطلاعی ندارد. این امر را معلمان در کلاس های درس و وضوح رویت می کنند؛ به این صورت که در بسیاری از دروس دانش آموزان از معلم خواستار بیان علت یادگیری آن درس (مثل ریاضی، فیزیک و شیمی) هستند. در واقع، این افراد در پی گریز از این دروس نیستند بلکه در تلاش اند، با کسب آگاهی و درک درست درباره علل نیاز به یادگیری هر درس، اشتیاق به آموختن را در خود تقویت کنند و با تلاش مضاعف برای یادگیری آن تلاش نمایند. به همین دلیل به معلمان، مربیان و دیگر آموزندگان علوم مختلف توصیه می شود که در ابتدا علت های نیاز و ضرورت یادگیری علوم مورد نظر را مطرح نمایند تا، ضمن آگاهی بخشی و ایجاد انگیزه، عملکردی بهتری از یادگیرندگان خویش شاهد باشند.
۲. زمانی که فرد معنای یادگیری را درک نمود، دیگر یادگیری اش بی معنا نخواهد بود. در نتیجه، با درک درست از علت یادگیری و ضرورت آن، به جای اینکه گمان کند توده ای از اطلاعات بی معنا را بدون هیچ هدفی باید به خاطر بسپارد، برای یادگیری خود هدفی درست در ذهن خواهد داشت. دستیابی به این هدف از درک درست وی از علل یادگیری و معنای صحیح آن سرچشمه خواهد گرفت. در واقع، فردی که بداند علت یادگیری فقط حفظ طوطی وار مفاهیم نیست تلاش می کند به کنه امور پی ببرد و از ظواهر و لایه سطحی



یادگیری گذر کند. در نتیجه به عمق و معنای اصیل یادگیری و هدف واقعی آنکه می‌تواند درک عمیق از آموخته‌ها باشد برسد و زمانی که این هدف را تعیین کرد دیگر یادگیری‌اش بی‌هدف و بی‌معنا تلقی نخواهد شد.

۳. بالطبع، زمانی که یادگیرندگان هدف درست یادگیری را درک کنند و از امور سطحی و پرداخت صرف به ذهنیات پرهیز نمایند، به این درک نیز خواهند رسید که دانسته‌هایشان مطلقاً فقط علوم نظری نیست؛ بلکه مقدمه‌ای برای توانمندسازی یادگیرندگان به منظور کاربرد علم در عمل است. بدین ترتیب فراگیران نه فقط از یادگیری‌های سطحی عبور می‌کنند می‌توانند آنچه را یادگرفته‌اند در عمل نیز به کار ببرند.

۴. زمانی که فرد علت یادگیری را بداند تلاشش بیشتر خواهد شد و اگر در یادگیری بارها و بارها شکست بخورد ناامید نمی‌شود و مجدداً با تلاش بیشتر به کار خود ادامه می‌دهد. زیرا می‌داند تمام این سختی‌ها و ناکامی‌ها در مقابل درک حقایق (منظور همان یادگیری است) امری دشوار نیست. فردی که معنای یادگیری را دریافته باشد، اگر در امتحانات موفق نشود یا در انجام دادن کارهای کلاسی و تکالیفش با مشکل مواجه شود، می‌داند که باز هم می‌تواند از نو شروع کند. هدف اصلی چنین شخصی فقط انجام دادن عجولانه امور نیست؛ بلکه می‌داند فقط آموختن امور می‌تواند به او کمک کند. همچنین می‌داند که از آموخته‌هایش کجا باید استفاده کند و بالزوم یادگیری آن‌ها نیز به خوبی آشنایی دارد. شکست‌هایش او را سرخورده نمی‌کند و پیاپی برای موفقیت کوشش می‌کند. در نتیجه، شکست را برای رسیدن به حقایق تحمل خواهد کرد و آن را جسورانه پشت سر خواهد گذاشت. سرانجام برای دستیابی به هدف خویش که همان یادگیری است پیگیرانه تلاش خواهد کرد.

۵. چنین فردی از سرزنش دیگران نمی‌هراسد. زیرا می‌داند که در راه دست یافتن به هدفش سختی‌های زیادی را باید متحمل شود. او حتی به دیگران هم یاری می‌رساند تا آن‌ها نیز به موفقیت دست یابند. نمونه بارز این امر به‌خوبی در کلاس‌های درس و در بین دانش‌آموزان به چشم می‌خورد. زمانی که دانش‌آموزی در امر یادگیری در درسی خاص موفق

نمی‌شود، در برخی موارد، مورد سرزنش و تمسخر همکلاسی‌ها، معلم و والدین قرار خواهد گرفت. چنین فردی، اگر از یادگیری درک درستی نداشته باشد و معنای حقیقی آن را درک نکرده باشد، یا یادگیری را مثل دیگر افرادی که وی را نکوهش کرده‌اند فقط موفقیت پایانی قلمداد کند، به شدت افسرده خواهد شد و حتی در مواقعی از ادامه کار دست خواهد کشید. این در حالی است که، اگر فرد یادگیری را فقط موفقیت پایانی قلمداد نکند، بلکه با درک معنای آن کل فرایند را مهم بداند، در دل خویش از تلاشی که صورت داده است احساس رضایت می‌کند و ناامید نخواهد شد و دوباره اقدام خواهد نمود تا در نهایت به موفقیت پایانی نیز دست یابد (این امر به معنای توجه به فرایند و نتیجه در کنار هم است. بر عکس نظام آموزشی کنونی که فقط بر نتیجه‌مداری یا همان نمره تأکید می‌کند و به فرایند یادگیری و تلاش‌های فراگیران اهمیتی نمی‌دهد). همچنین این فرد در صورتی که خود به موفقیت دست یابد به دیگران (همکلاسی‌هایی که از وی عقب تر هستند) کمک خواهد کرد که آنان نیز به موفقیت دست یابند. در چنین شرایطی می‌توان بیان کرد که درک درست از معنای یادگیری منجر به ایجاد رقابت سالم می‌شود. به نوعی که دانش‌آموز برای دستیابی خود به موفقیت تلاش می‌کند و دیگران را نیز برای دستیابی به این موفقیت حمایت خواهد کرد؛ تا سرانجام دستیابی به هدف یادگیری که همان معنای اصلی یادگیری است محقق گردد.

۶. هیچ فردی، بدون داشتن معنای زندگی برای فردایش، در تکاپو نخواهد بود؛ زیرا آن را عبث می‌پندارد. اما، زمانی که فرد علت زندگی را دریابد، در تمام مراحل زندگی راه خویش را پیدا خواهد کرد. دانش‌آموزی که معنای زندگی را دریافته باشد و به دام پوچ‌گرایی افتاده باشد با هر گونه ناملایمتی در امر تعلیم و تربیت به سرعت روحیه خود را می‌بازد و از ادامه راه مأیوس می‌شود. زیرا به درک معنای زندگی نایل نشده است و زندگی را بی‌معنا و تعلیم و تربیت در این دنیای بی‌معنا را بسی بی‌معنا تر می‌انگارند. او گمان دارد که این تلاش‌ها بیهوده است و سرانجام همه محکوم به نیستی هستند. پس این همه تلاش بی‌فایده است. به همین دلیل گاهی در امر تعلیم و تربیت به دانش‌آموزانی برمی‌خوریم که می‌گویند «اصلاً برای چه



باید درس خواند؟ فایده اش چیست؟» گاهی بسیاری از ایشان به ترک تحصیل رومی آورند. در نتیجه باید تلاش کرد، با تفهیم معنای زندگی (یادگیری) به دانش آموزان، آنان را به تحصیل و کسب علم و دانش و تحمل ناملازمات تشویق نمود تا بتوانند در هر شرایطی با مشکلات مواجه شوند و آن‌ها را بدون یأس پشت سر گذارند.

**کاربست معناداری زندگی در نظام تعلیم و تربیت برای آموزش دهندگان نیز منجر به نتایج زیر خواهد شد:**

۱- معلم فقط در فکر آموزش دادن علوم نیست؛ بلکه به تعلیم فضایل اخلاقی نیز می پردازد و تلاش می کند فراگیرانی متصف به صفات اخلاقی تربیت کند. ابتدا آنها را با معنای زندگی آشنا می نماید تا به زندگی امیدوار شوند. سپس به معنای یادگیری می پردازد و آن را برای فراگیران روشن می نماید. سرانجام، فراگیران وی، با یافتن معنای زندگی و به تبع آن معنای یادگیری، عملکردی بسیار بهتر و متفاوت تری نسبت به قبل پیدا خواهند کرد.

۲- معمولاً مربیانی که درکی درست از معنای یادگیری و هدف آن ندارند چنین تصویری می کنند که فقط مأمور آموزش یک سری اطلاعات هستند و دانش آموزان نیز مجبورند این اطلاعات را صرفاً حفظ کنند و دقیقاً همان گفته ها را بیاموزند. در صورتی که معنای حقیقی یادگیری اصلاً چنین امری نیست. معنا و هدف اصلی یادگیری «ایجاد تغییر نسبتاً پایدار در رفتار یا توان رفتاری حاصل تجربه» است (سیف، ۱۳۹۰: ۲۸). بنابراین نمی توان آن را به حالت های موقتی که بر اساس حفظ مطالب به صورت کوتاه مدت اتفاق می افتد نسبت داد. آموزگاری که معنا و هدف اصلی یادگیری را به درستی درک کرده باشد، به جای تأکید بر سطوح پایین شناختی همچون سطح یادآوری و فهمیدن و یا کمی بالاتر مثال زدن، به سطح تجزیه و تحلیل، ترکیب و قضاوت قدم خواهد گذاشت و بالطبع یادگیرندگان خود را به این سمت حرکت خواهد داد تا بتواند تغییراتی نسبتاً پایدار در رفتارها، دانش ها، توانایی ها و نگرش های آنان ایجاد نماید.

۳- زمانی که آموزش دهندگان درکی درست از معنای تدریس نداشته باشند، فقط خود را

متکلم و حده می‌داند و فرض می‌کند که خودشان همه چیز را می‌دانند و یادگیرندگان فقط باید این علوم را در لوح سفید ذهن خود به یاد سپارند. اما، زمانی که مربیان و تعلیم‌دهندگان دریابند که همه چیز را نمی‌دانند و علمشان فقط بخشی کوچک از علوم موجود است و به این امر آگاهی پیدا کرده باشند که برای یادگیری فراگیران باید در امر یادگیری مشارکت فعال داشته باشند، به جای استفاده از روش سخنرانی و دیگر روش‌هایی که فقط خود آموزش دهنده در آن فعال است، به منظور بهبود فرایند یادگیری از شیوه‌هایی که منجر به مشارکت فراگیر می‌شود استفاده می‌کنند؛ روش‌هایی مثل روش اکتشافی، کارگروهی، گفت‌وگو و ایفای نقش. چنین معلمانی به این درک رسیده‌اند که یادگیری بدون فعالیت فراگیران به نحو صحیح آن و در معنای حقیقی رخ نخواهد داد.

۴- زمانی که معلم فراگیران را در یادگیری دخیل نمود، خود در نقش تسهیل‌کننده یادگیری عمل خواهد کرد و چون مشاور در امر یادگیری فراگیرانش را حمایت خواهد نمود. او مسیر حرکت را نشان می‌دهد؛ اما امکان می‌دهد که فراگیران خود مسیر را طی کنند. همچنین در صورت نیاز در طی مسیر آنها را از راهنمایی‌های خویش بی‌نصیب نخواهد گذاشت.

۵- در نظر چنین معلمی، هدف یادگیری مقایسه افراد بر اساس توانمندی‌ها و ناتوانی‌های آنان نیست بلکه فقط مجهز شدن به علمی جدید و توان کاربرد آنها در مسائل روزمره شان است؛ تا بتوانند از سطحی که قبلاً در آن قرار داشتند فراتر روند و رفتار، گفتار، منش، عملکرد و دیگر شیوه‌های زندگی‌شان بهبود یابد. بنابراین، به جای استفاده از ارزشیابی‌هایی که صرفاً بر اساس نمره میزان یادگیری را می‌سنجد، از ارزشیابی‌های توصیفی استفاده می‌کند تا بتواند دقیق‌تر مشخص کند که آیا دانش آموز نسبت به وضعیت قبلی خود توانسته است به سطحی بالاتر از درک معنای حقیقی یادگیری نایل شود و عملکردش نسبت به گذشته اثربخشی بیشتری پیدا کرده است یا نه. چنین معلمی از مقایسه دانش آموزان اجتناب می‌نماید. همچنین ممکن است از فراگیران بخواهد خودشان شیوه عملکرد خودشان را ارزیابی کنند.

۶- معلمی که هدف اصلی یادگیری را دریافته باشد می‌داند که فقط موفقیت نهایی فراگیر



در پایان کار معیاری مناسب برای سنجش میزان یادگیری اش نخواهد بود. همچنین، با درک معنای یادگیری، پی برده است که یادگیری در واقع همین فرایندها و فعالیت‌هایی است که فرد در طول مدت یادگیری انجام می‌دهد. در نتیجه، بیشتر به فرایند توجه می‌کند و در آخر نیز سهمی کوچک برای نتیجه در نظر خواهد گرفت.

برای اینکه بتوان معنای حقیقی زندگی را به دانش آموزان آموزش داد، ابتدا لازم است افرادی فرهیخته که خود درکی درست از معنای زندگی دارند تعلیم داده شوند. سپس، با برنامه های مناسب، تعلیم و تربیت دانش آموزان را بر عهده آن‌ها گذاشت تا، با آموزش صحیح و درونی معنای زندگی، به آنان امید ببخشند و برای ادامه راه مشتاقشان نمایند. این امر به‌ویژه در دوره متوسطه اول و دوم از اهمیتی ویژه برخوردار است. زیرا حساس ترین دوران زندگی همه فرزندان همین دوران است. دورانی که از لحاظ تربیتی زمان یافتن هویت و بروز سؤالاتی چون: «من که هستم؟ باید چه کنم؟ و به کجا می‌روم؟» است. این سؤالات نشان از تلاشی برای جست‌وجوی معنای زندگی است. اگر فرزندان در این زمان با راهنمایی‌های درست هدایت نشوند، نه فقط برای سؤالات خود پاسخ صحیحی نمی‌یابند بلکه، به جای دست‌یابی به معنا گرفتار پوچی نیز خواهند شد. در نتیجه از سرزندگی، به سرخوردگی و اضطراب خواهند رسید و به بی‌راهه خواهند رفت. در این سنین باید متخصصان دانش آموزان را راهنمایی کنند تا ابتدا با خودجویی و سپس با خداجویی و درک معنای زندگی بتوانند مسیر خویش را هموار نمایند؛ پس از آن، با درک معنای یادگیری که مربیان‌شان به آنها می‌آموزند با تمایلی بیشتر در مسیر علمی خود گام بردارند.

## نتیجه گیری

بر اساس آنچه مطرح شد، مشخص می‌شود که هر انسانی برای اینکه بتواند سالم زندگی کند و در زندگی بتواند مشکلات را تحمل نماید نیاز به یافتن معنای زندگی خویش دارد. هر کسی معنا را به گونه ای مییابد. اسلام نیز معنا را در خدا و جست‌وجوی او بیان کرده است. از این رو می‌توان چنین برداشت نمود که در تمام مراحل و بخش‌های زندگی افرادی که در زندگی خویش دارای معنای حقیقی هستند، نسبت به افرادی که به پوچی روی آورده اند، حتی در عین سختی‌ها هم زندگی بهتری دارند. اریک فروم<sup>۱</sup> (۱۹۴۷) نیاز به مبنای جهت‌گیری را یکی از مهم‌ترین نیازهای آدمی می‌داند و منظور از آن را هدف، معنا و مقصود زندگی تلقی می‌کند. آلپورت<sup>۲</sup> نیز، در توصیف دوران بلوغ، هویت‌جویی را مهم‌ترین مشخصه این دوره می‌داند و معتقد است که اساسی‌ترین بخش جست‌وجوی هویت تعریف هدف، مقصد و آرمان زندگی است. اگر دین قادر به تبیین دقیق ارتباط انسان با خویشتن، خدا، طبیعت و دیگران باشد فرد از خلال آن می‌تواند معنایی برای خود بیافریند (شرفی، ۱۳۸۴).

در این مقاله مشخص گردید که بدون معنا، نه فقط زندگی بلکه، تمام امور مربوط به آن نیز دچار نقصان خواهد شد. یکی از این امور نظام آموزش و پرورش است. اگر نظام آموزش و پرورش نتواند به زندگی افراد معنابخشی کند افرادی افسرده و با مشکلات روانی زیاد روانه اجتماع خواهد نمود. این افراد هم برای خود مفید نخواهند بود هم ممکن است برای جامعه و اطرافیان نیز خطرهایی ایجاد نمایند. زیرا دانش‌آموخته‌ای که زندگی را پوچ می‌داند و به دنیای دیگر و اموری از این قبیل اعتقادی ندارد ممکن است در شرایط سخت دست به هر کاری بزند و این امر مشکلاتی بسیار به بار خواهد آورد. مسئولان و متخصصان باید تلاش کنند با آموزش‌ها و برنامه‌ریزی‌های مناسب بتوانند دانش‌آموزانی تربیت کنند که معنای زندگی را دریابند و مشتاقانه برای آینده خویش و جامعه شان تلاش کنند.

1).Erich Fromm

2). Allport



## منابع

- قرآن کریم.
- نهج البلاغه.
- اختر محققى، مهدى (۱۳۸۶). معنای زندگی در دنیای معاصر، حدیث زندگی، (۳۵)، ۹۷-۹۴.
- اسدپور، کبری و مسعود حسین چاری (۱۳۸۹). بررسی مولفه های معنای زندگی از منظر اسلام در کتابهای درسی دین و زندگی دوره متوسطه. مجله مطالعات آموزش و یادگیری (مجله علوم اجتماعی و انسانی سابق (۲، ۱)، پیاپی ۵۸/۲، ۳۲-۱.
- بوفورد، باب (۱۳۷۷). هاف تایم: با معنا بخشیدن به زندگی موفقیتان را کامل کنید. ترجمه سوسن ملکی، تهران: ققنوس.
- بهادری خسروشاهی، جعفر و علیلو، مجید محمود (۱۳۹۱) بررسی رابطه بین سبک های هویت با معنای زندگی در دانشجویان. مطالعات روان شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه الزهراء، ۸، (۲)، ۱۶۴-۱۴۳.
- بهروزی، نوروز و نوراله محمدی (۱۳۸۷). بررسی رابطه معنای زندگی و امیدواری در دانشجویان دانشگاه شیراز. مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، ۱۸ و ۱۹ اردیبهشت، دانشگاه شیراز، ۷۳-۷۰.
- پویا زاده، اعظم (۱۳۸۲). معنای زندگی از دیدگاه استیس و هاپ واکر. مقالات و بررسی ها، دفتر ۷۳، ۵۶-۴۳.
- ترک مقدم، لادن (۱۳۸۸). ارزیابی معنای زندگی در بیماران سرطانی. فصلنامه اخلاق پزشکی، ۳، (۷)، ۹۸-۸۵.
- چراغی، طیبه (۱۳۸۶). تاریخ پوچی در جهان جدید. حدیث زندگی، (۳۵)، ۱۰۹-۱۰۴.
- خوش منش، ابوالفضل (۱۳۸۷). قرآن دانی و معنا درمانی. بشارت، (۶۸)، ۴۴.
- رجبی، ابوذر (۱۳۸۸). معنای زندگی. معارف، (۶۶)، ۳۱-۲۹.
- رحمانی اصل، محمدرضا (۱۳۸۹). تحلیل و بررسی ابعاد گوناگون معنای زندگی. معرفت،



- روحانی نژاد، محمدرضا و احمدعلی نور بالا (۱۳۷۶). رابطه دین و معنا درمانی. خلاصه مقالات همایش نقش دین در بهداشت روان، تهران، انستیتو روانپزشکی تهران، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایران، ۲۷-۲۴ آذر، ۹۶-۶۳.

- ری شهری، محمد (۱۳۷۹). *میزان الحکمه*. ترجمه حمیدرضا شیخی، ویرایش سوم، چاپ دوم. قم: انتشارات دارالحدیث.

- سجادی، سید ابراهیم (۱۳۸۵). قرآن و معنای زندگی. قرآن و حدیث، (۴۵)، ۴۷-۹.  
- سلطانی رنانی، مهدی (۱۳۸۳). *راههای مبارزه با فشارهای روانی از منظر قرآن*. مشکوه، (۸۳)، ۴۰-۲۵.

- سیف، علی اکبر (۱۳۹۰). روانشناسی پرورشی نوین. تهران: انتشارات آگاه.  
- شاملی، عباس علی (۱۳۸۸). معنای زندگی. نشست علمی معنای زندگی، مجتمع آموزش عالی امام خمینی (ره)، اداره امور پژوهشی، گروه فلسفه و کلام، ۲۱ آبان.

- شجاعی، محمدصادق؛ سید محمد غروی و مسعود جان بزرگی (۱۳۹۱). معنای زندگی در نهج البلاغه. دو فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات اسلام و روان شناسی، ۶، (۱۱)، ۵۷-۳۷.  
- شرفی، محمدرضا (۱۳۸۴). تاملی نقد گونه در باب معنای غایی زندگی با تاکید بر دیدگاه ویکتور فرانکل. مجله روانشناسی و علوم تربیتی، ۳۵، (۱)، ۵۰-۲۹.

- شعاع کاظمی، مهرانگیز و معصومه سعادت (۱۳۸۹). بررسی تأثیر آموزش ابعاد معنا درمانی (مسئولیت، آزادی، ارزشها و...) بر کاهش ناامیدی زنان مبتلا به سرطان. فصلنامه بیماریهای ایران، ۳، (۱ و ۲)، ۴۸-۴۱.

- شکرانی، رضا (۱۳۸۸). معنای معناداری زندگی و معنای زندگی در قرآن. همایش ملی معناداری زندگی، اصفهان، اداره کل امور فرهنگی دانشگاه اصفهان.

- صادقیان، مهدی؛ سمیرا مراد زاده؛ نصرالله ایران پناه و فرامرزی، سالار (۱۳۸۸). شاخص های معناداری زندگی در کتب هدیه های آسمانی دوره ابتدایی همایش ملی معناداری زندگی،



اصفهان، اداره کل امور فرهنگی دانشگاه اصفهان.

- طالب زاده شوشتری، لیلا و هادی پورشافعی (۱۳۹۰). رابطه معنای زندگی با سلامت عمومی کارکنان دانشگاه بیرجند در سال ۹۰-۱۳۸۹. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۸، (۱)، ۶۱-۵۵.
- علوی تبار، هدایت و مریم محبتی (۱۳۹۱). معنای زندگی از دیدگاه داستایفسکی. پژوهش نامه فلسفه دین (نامه حکمت)، ۱۰، (۱)، پیاپی ۱۹، ۱۵۰-۱۲۵.
- علیزمانی، امیر عباس (۱۳۸۶). معنای معنای زندگی. نامه حکمت، ۵، (۱)، ۵۹-۸۹.
- علیزمانی، امیر عباس و دریانی اصل، مریم (۱۳۸۹). معنای زندگی از دیدگاه جان کاتینگهام. الهیات تطبیقی، ۱، (۱)، ۱۰۸-۹۷.
- غلامعلی لواسانی، مسعود، اژه‌ای، جواد و محمدی مصیری، فرهاد (۱۳۹۲). رابطه معنای زندگی و خوش بینی با بهزیستی ذهنی. مجله روانشناسی ۶۵، ۱۷، (۱)، ۱۷-۳.
- غلامی، مریم؛ غلامرضا پاشا و منصور سودانی (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش معنادرمانی گروهی بر امید به زندگی و سلامت عمومی بیماران دختر تالاسمی. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)، (۴۲)، ۲۵-۴۵.
- فخار، فرشاد؛ شکوه نوابی نژاد و مهشید فروغان (۱۳۸۷). تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد معنا درمانی بر سطح سلامت روان زنان سالمند. مجله سالمندی ایران، ۳، (۷)، ۶۷-۵۸.
- فرانکل، ویکتور (۱۳۸۰). انسان در جستجوی معنی پژوهشی در معنی درمانی. ترجمه اکبر معارفی، تهران: دانشگاه تهران، موسسه انتشارات و چاپ، چاپ ششم.
- فرانکل، ویکتور (۱۳۷۵). خدا در ناخود آگاه و بیماری های قلب آدمی. ترجمه ابراهیم یزدی، تهران: موسسه خدمات فرهنگی رسا، چاپ اول.
- کریمی قدوسی، زینب و امیر عباس علیزمانی (۱۳۹۰). بررسی دیدگاه تدئوس متز در باب خدا و معنای زندگی و نقد آن از دیدگاه علامه طباطبایی (ره). مجله فلسفه و کلام اسلامی، (۱)، ۹۱، ۴۴-۶۳.

- گلزاری، محمود (۱۳۸۸). بن بست های روانشناسی انسان محور در معنا درمانی. همایش ملی معناداری زندگی، اصفهان، اداره کل امور فرهنگی دانشگاه اصفهان.
- محمدی، ایوب (۱۳۸۸). بررسی بسترهای معناداری در عصر حاضر. همایش ملی معناداری زندگی، اصفهان، اداره کل امور فرهنگی دانشگاه اصفهان.
- محمودیان، محمد رفیع (۱۳۷۸). علم مدرن کلیت جهان و معنای زندگی. نامه فلسفه، (۷)، ۴۵-۱۴.
- مروتی، سهراب و بیرانوند، زینب (۱۳۹۲). واکاوی مفهوم انسان معنوی در اندیشه شهید مطهری. فصلنامه علمی پژوهشی پژوهش نامه اخلاق، ۶، (۱۹)، ۹۸-۸۳.
- مشکات، محمد (۱۳۸۸). اهمیت التفات به وجود در معناداری زندگی. فصلنامه علمی- پژوهشی اندیشه نوین دینی، ۵، (۱۶)، ۱۶۱-۱۸۳.
- مصرآبادی، جواد؛ نگار استوار و جعفریان، سکینه (۱۳۹۲). بررسی روایی سازه و تشخیصی پرسشنامه معنا در زندگی در دانشجویان. مجله علوم رفتاری، ۷، (۱)، ۹۰-۸۳.
- مطیع، مهدی (۱۳۸۸). لایه های معنایی زندگی در قرآن کریم. همایش ملی معناداری زندگی، اصفهان، اداره کل امور فرهنگی دانشگاه اصفهان.
- مهدوی آزاد بنی، رمضان (۱۳۸۶). معنای زندگی انسان و نقش خلاقیت زایی دین. فصلنامه علمی پژوهشی اندیشه نوین دینی، ۳، (۹)، ۷۱-۵۳.
- نصیری، حبیب اله و بهرام جوکار (۱۳۸۷). معناداری زندگی امید رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان (گروهی از زنان شاغل فرهنگی). پژوهش زنان، ۶، (۲)، ۱۷۶-۱۵۷.
- هاشمی، سید حمید (۱۳۸۲). هدف زندگی در قرآن. مجله گلستان قرآن، (۱۶۷)، ۱۵-۱۱.
- هندی، چارلز برایان (۱۳۸۰). فراسوی سرمایه داری در جستجوی معنا و مفهومی برتر برای دنیای نوین. ترجمه عبدالرضا رضایی نژاد، تهران: موسسه نشر فرا.



-Batson, D. C. and Stocks, E. L. (2004). Religion: Its core psychological functions. In J. Greenberg, S. L. Koole, & T. Pyszczynski. (Eds.). Handbook of experimental existential psychology (141–155). New York: Guilford.

-Emmons, R. A. (2005). Striving for the sacred: Personal goals, life meaning, and religion. Journal of Social Issues, 61: 731–745.

-Hicks, A. J. and King, A. L. (2008). Religious commitment and positive mood as information about meaning in life. Journal of Reserch in Personality, 42: 43-57.