

برخی از شاخصه‌های زندگی معنادار در اسلام

اسماعیل علی‌خانی*

چکیده

از موضوعات مهم در تقاطع مابعدالطبیعه، فلسفه اخلاق، فلسفه زیست‌شناسی، فلسفه دین و روان‌شناسی، معنای زندگی است. هرچند این موضوع با این عنوان موضوعی جدید است و پیشینه آن به دوران پس از مدرنیته و تهی شدن زندگی انسان مدرن از معنا بازمی‌گردد، اما در ادیان توحیدی سابقه‌ای طولانی دارد و به بحث مهم هدف‌داری آفرینش جهان و انسان و ارزش مند بودن زندگی انسان و نظام احسن حاکم بر آفرینش مرتبط است. واژه «معنادار» در بحث از معنای زندگی کلمه‌ای «کانونی» و جامع ابعاد بینشی، گرایشی و کنشی است. این ابعاد درهم‌تنیده هستند و بین‌شان رابطه متقابل برقرار است. معناداری یا بی‌معنایی زندگی وابسته به این ابعاد است. هر یک از ابعاد معنای زندگی دارای آثار فراوان مشهود و نامشهود، در درجات و مراتب متفاوت است. برخی از شاخصه‌های بینشی، گرایشی و کنشی زندگی معنادار به شرح ذیل است: داشتن جهان‌بینی صحیح، تبیین درست شرور و سختی‌ها، امید، خودباوری، خوش‌بینی، تعهد و احساس مسئولیت و آرامش و اطمینان.

کلیدواژه‌ها: معنای زندگی، معنادار، بعد بینشی، بعد گرایش، بعد کنشی.

۱. مقدمه

پرسش از معنای زندگی در محل تقاطع مابعدالطبیعه، فلسفه اخلاق، فلسفه زیست‌شناسی و فلسفه دین قرار دارد. نیز، از آن‌جا که این پرسش از ما می‌خواهد خود را بشناسیم، مستلزم روان‌شناسی، معرفت‌شناسی و اخلاق است. از سوی دیگر، جنبه علمی این بحث با بحث

* استادیار مؤسسه پژوهشی حکمت و فلسفه ایران Ialikhani@irip.ir

تاریخ دریافت: ۱۳۹۴/۷/۲، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۱۰/۱۳

کلی‌تر خلقت جهان و هدف‌داری یا بی‌هدفی آن، یعنی خاستگاه جهان و مبادی غایی آن مرتبط است. معنای زندگی ما را از مه‌بانگ به زندگی روزمره و از روان‌شناسی به نظریه تکامل می‌کشاند.

به بیان دیگر، مسئله معنای زندگی با موضوعات متفاوتی هم‌چون پرسش‌های هستی‌شناختی، مانند خلقت انسان، هدف خلقت انسان و اصل هستی، موضوعات روان‌شناختی هم‌چون اضطراب، دلهره، یأس، افسردگی، پوچی، تنهایی، و مسائل دینی هم‌چون وجود یا عدم خدا، جهان دیگر، سعادت نهایی، مرتبط است.

از بزرگ‌ترین بحران‌های انسان معاصر، مسئله یافتن معنا برای زندگی است. انسان معاصر، جهان، هستی و زندگی را پوچ و بی‌معنا می‌داند. در واقع، آن‌چه که ابتدا در آثار فلسفی متفکران برجسته غرب مطرح شد و زمانی فقط بحرانی جدی در محافل فلسفی و آکادمیک غرب بود، اینک در زندگی روزمره میلیون‌ها انسان، به مفهومی ملموس و گریزناپذیر تبدیل شده است و به اشکال گوناگون در آثار نویسندگان و هنرمندان و فیلم‌سازان معاصر منعکس شده است و شکلی توده‌ای و همه‌گیر یافته است.

انسان معاصر در تئاتر، خود از زبان قهرمانان نمایشنامه‌ها پیوسته بندگردان پوچی و بی‌معنایی را می‌شنود. در نعره‌های گوش‌خراش خوانندگان راک و هوی‌متال همین بندگردان را می‌شنود و در آثار فیلم‌سازان برجسته و بی‌ارزش نیز در قالب تصاویر بی‌رنگ و بی‌جان، بی‌معنایی را بر پرده سینما می‌بیند. بزرگ‌ترین نیاز روحی انسان معاصر یافتن معنایی برای زندگی است و علل اساسی بسیاری از بیماری‌های روانی عدم توان برای یافتن چنین معنایی است.

از منظر اسلام، معنای زندگی در خود زندگی نهفته است و انسان‌ها باید بکوشند آن را کشف کنند. به بیان دیگر، معنای زندگی جعل‌کردنی نیست؛ این‌که افراد بخواهند معنایی عام یا فردی و خاص برای زندگی خود بیافرینند، بلکه باید بکوشند معنای نهفته در زندگی را کشف کنند.

از سوی دیگر، دین بر این باور است که زندگی ارزش‌مند و هدفمند است و با تمام فراز و فرودها و خوشی‌ها و ناخوشی‌ها، ارزش زیستن دارد. آن‌چه در این‌جا مطرح است ارزش اخلاقی است؛ ارزشی که حتی شامل دین نیز می‌شود و در واقع دین یکی از شعبه‌های این ارزش است. مراد از این ارزش، خیر مطلق و خیر اعلی است؛ خیری که می‌تواند به زندگی همه انسان‌ها، در همه زمان‌ها و مکان‌ها معنا ببخشد و آن را از پوچی و

سردرگمی نجات بخشد. در سایه‌سار چنین معنایی، زندگی ارزش‌مند از شاخصه‌هایی برخوردار است که سایر زندگی‌ها از آن تهی است.

در این نوشتار به بررسی برخی از شاخصه‌های زندگی معنادار از منظر متون دین مبین اسلام می‌پردازیم. روش ما در این بحث، روش نقلی است؛ یعنی با توجه به آیات قرآن و روایات، به برخی از لوازم زندگی معنادار از منظر دین مبین اسلام توجه می‌کنیم. و از آن‌جا که عصاره اندیشه همه اندیشمندان مسلمان، اعم از فیلسوف و عارف و فقیه و ...، قرآن و روایات است، بنابراین آنچه در ذیل می‌آید دیدگاه اصیل اسلام است.

۲. پیشینه تحقیق

پرسش از معنای زندگی یکی از کهن‌ترین، جذاب‌ترین، واضح‌ترین و در عین حال دشوارترین پرسش‌هایی است که انسان تاکنون مطرح ساخته است. این پرسش که «معنای زندگی چیست؟»، فراتر از مکتب و دین خاصی است و همه انسان‌ها، با هر فکر و عقیده‌ای را دربر می‌گیرد و سابقه‌ای به میزان حضور انسان در عالم هستی دارد.

هرچند این موضوع با این عنوان موضوعی جدید است و پیشینه آن به دوران پس از مدرنیته و تهی شدن زندگی انسان مدرن از معنا، به دلیل روی‌برداشتن از ماورای ماده، و انسان‌محوری بازمی‌گردد، اما در ادیان توحیدی سابقه‌ای طولانی دارد و به بحث مهم هدف‌داری آفرینش جهان و انسان و ارزش‌مند بودن زندگی انسان و نظام احسن حاکم بر آفرینش مرتبط است. به بیان دیگر، این بحث در ادیان پیش‌تر سابقه دارد تا در فلسفه و روان‌شناسی و ...

از سوی دیگر، این بحث قریب به دو دهه است که در جامعه علمی ایران مطرح شده است و نوشته‌ها و سخنان فراوانی درباره این موضوع به بازار علم سرازیر شده است، که این خود نشانه اهمیت آن در جامعه امروز ما است. از آثار ترجمه‌شده از نویسندگان خارجی که بگذریم، بسیاری از نوشته‌ها در باب معنای زندگی با رویکرد دینی و از منظر دین یا دانشمندان و فیلسوفان دین نگاشته شده است. به‌طور مشخص، نوشته‌ها درباره رابطه معنای زندگی با دین اسلام به چند دسته تقسیم می‌شوند؛ برخی از این نوشته‌ها به صورت مطلق به دین یا اسلام و رابطه آن با معنای زندگی می‌پردازد، پاره‌ای از نوشته‌ها به معنای زندگی از منظر اندیشمندان اسلام و تشیع، نظیر مولوی، ابن عربی، ملاصدر، علامه

طباطبایی، علامه جعفری اختصاص دارد. و در نهایت این که، برخی از نوشته‌ها به رابطه معنای زندگی با متون دین، نظیر قرآن و روایات، یا به صورت مشخص، برخی از روایات، نظیر روایات حضرت علی (ع) در نهج البلاغه نظر دارد و از آن جا که نوشتار ما نیز در این بخش می‌گنجد، به اختصار به واکاوی برخی از آن‌ها می‌پردازیم.

نخست به چند نوشتار در رابطه با معنای زندگی از منظر قرآن می‌پردازیم: مقاله نخست تحت عنوان «قرآن و معنادرمانی» (عمرانی، ۱۳۸۸) است. این مقاله به مقایسه آموزه‌های قرآن با رویکردهای مکتب معنادرمانی و ویکتور فرانکل و ایجاد تناظر بین آن‌ها توجه کرده است. رویکرد این مقاله، روان‌شناختی و روان‌درمانی است. موضوعات مورد توجه این مقاله عبارت‌اند از: اصل معنای زندگی، یافتن تدبیر الهی در ورای رنج‌ها و مشکلات و یافتن راه‌های درمان و سلامتی از منظر قرآن کریم و ...

مقاله دیگر، تحت عنوان «قرآن و معنای زندگی» (سجادی، ۱۳۸۵) است، که به هدف‌داری کیهان و زندگی انسان تأکید می‌کند و این که همه چیز در جهان در تسخیر انسان برای نیل به هدف اصیل، یعنی قرب به خداوند است. نوشتار دیگر، «معنادراری زندگی در قرآن کریم» (فتح‌اللهی، ۱۳۸۷) است که به اصل معنادراری زندگی و عوامل معنابخش به زندگی از منظر قرآن کریم پرداخته است. عمده مطالب این مقاله نیز هدف‌دار بودن نظام آفرینش و زندگی انسان از دیدگاه قرآن است.

«هدف زندگی در قرآن» (هاشمی، ۱۳۸۲) نوشته دیگری است که به فلسفه حیات و هدف آفرینش انسان، علت نیاز به هدفمند بودن زندگی، اهمیت هدف در زندگی انسان و راه‌های نیل به مقصود از منظر قرآن پرداخته است.

معنای زندگی از منظر روایات نیز، به صورت مشخص در چند نوشتار، البته عمدتاً از منظر نهج البلاغه مورد توجه قرار گرفته است. یکی از این نوشته‌ها با عنوان «معنای زندگی در نهج البلاغه» (شجاعی و دیگران، ۱۳۹۱) به موضوعات هدف‌داری خلقت جهان و انسان، توجه به حقیقت زندگی و حقیقت مرگ و منابع معنابخش به زندگی، نظیر خدااباوری، هدف‌مندی زندگی، اعتقاد به عدم پایان زندگی با مرگ، توانایی درک و تفسیر عمیق از هستی و پدیده‌ها و در نهایت، انجام اعمال نیک و معنوی از دیدگاه نهج البلاغه پرداخته است.

«معنای زندگی در نگاه امیر مؤمنان علی (ع)» (شوبکلایی، ۱۳۸۹) نوشتار دیگری است که عمدتاً به سه موضوع هدف‌داری جهان و آفرینش انسان، نوع نگاه به دنیا و نیز توجه به

مرگ به عنوان معنابخش به زندگی از منظر امام علی (ع) توجه کرده است. در نهایت، مقاله‌ای هست با عنوان «مرگ‌آگاهی و معناداری زندگی از منظر نهج‌البلاغه» (موسوی و طاهری، ۱۳۹۱). این مقاله، همان‌گونه که از نام آن پیداست، به موضوع مرگ و نقش و جایگاه آن در معنابخشی به زندگی انسان از منظر نهج‌البلاغه پرداخته است. چنان‌که پیداست، هیچ‌یک از نوشته‌هایی که به معنای زندگی از منظر متون دین و منابع نقلی اسلام پرداخته‌اند، به جلوه‌ها و شاخصه‌های زندگی معنادار توجه نکرده‌اند.

۳. ابعاد و آثار زندگی معنادار

در علم معناشناسی، «کلمه کانونی یک کلمه کلیدی خاص است که نماینده و محدودکننده یک حوزه تصویری و یک میدان معناشناختی نسبتاً مستقل و متمایز در درون یک کل بزرگ‌تر از واژگان است» (ایزوتسو، ۱۳۶۸: ۲۸). واژه «معنادار» در بحث از معنای زندگی، کلمه‌ای «کانونی» است، که عده‌ای از واژگان کلیدی دیگر اطراف آن، روی هم‌رفته یک حوزه تصویری را در داخل کل واژگان بحث تشکیل می‌دهند. به بیان دیگر، معناداری جامع ابعاد بینشی، گرایشی و کنشی است.^۱ پیداست که معناداری امری انتزاعی نیست، بلکه امری عینی است و در زندگی خاص مصداق پیدا می‌کند. بنابراین می‌توانیم بحث را از منظری خاص مورد توجه قرار دهیم و بگوییم که زندگی معنادار یک شخص، دارای بینش‌ها، گرایش‌ها و کنش‌هایی است؛ هرچند همه زندگی‌های معنادار از همه این ابعاد برخوردار نیستند و برترین زندگی معنادار، دارای مراتب بالای این ابعاد است.

به تعبیر دیگر، انسان موجودی پیچیده و دارای ابعاد گوناگون شناختاری، گرایشی و رفتاری است و همه این ابعاد در یک‌دیگر تأثیر و تأثر دارند. رشد و تکامل انسان هم‌زمان در ابعاد متفاوت است. به عنوان نمونه، یک انسان راست‌گو نه تنها راست‌گوست، بلکه به لحاظ شناختاری نیز به این مرتبه رسیده است که راست‌گویی امری نیکو و مطلوب است؛ بنابراین گرایش به راست‌گویی پیدا کرده است.

شناخت معنای زندگی و راه نیل به آن باعث جهت‌یابی میل به سوی آن است. اگر کسی به معنای زندگی دست یافت و توانست معنای اصیل زندگی را کشف کند، می‌توان گفت که همه ابعاد زندگی‌اش کامل بوده است.

به‌هرحال، زندگی معنادار دارای ابعاد و وجوه سه‌گانه بینشی، گرایشی و کنشی است و

هر یک از این ابعاد خود دارای آثار فراوان مشهود و نامشهود، در درجات و مراتب متفاوت است. به بیان دیگر، زندگی معنادار وابسته به اعمال باطنی و ظاهری است؛ به گونه‌ای که باورهای شخص و به دنبال آن گرایش‌ها و خواسته‌ها او در ترسیم زندگی ارزش‌مند دخیل هستند. در واقع، زندگی معنادار دارای ابعاد درونی و بیرونی است و مهم‌ترین ابعاد آن درونی است و اعمال بیرونی مقدمه‌ای برای نیل به حالات درونی است.

مقصود این است که زندگی معنادار به خودی خود دارای این آثار و نتایج است،^۲ اما لزوماً چنین نیست که همه کسانی که از زندگی معنادار برخوردارند از همه این آثار بهره‌مند باشند؛ بلکه زندگی‌های معنادار، باتوجه به مراتب‌شان، از برخی از این پیامدها برخوردارند. هرچند زندگی‌های کاملاً معنادار از همه شاخصه‌های زندگی معنادار بهره‌مند خواهند بود. از سوی دیگر می‌توان گفت که با توجه به مراتب زندگی معنادار، ره‌آورد آن نیز متفاوت است و هر یک از پیامدهای زندگی معنادار مربوط به یکی از مراتب آن و دارندگان آن مرتبه است؛ که البته دارندگان مراتب بالای زندگی معنادار از آثار مراتب پایینی نیز برخوردار خواهند بود.

۴. شاخصه‌های زندگی معنادار

زندگی همه انسان‌ها ارتباط تنگاتنگی با ابعاد بینشی، گرایشی و کنشی دارد. از یک‌سو همگان دارای شناخت‌ها و به دنبال آن باورها، از سوی دیگر، دارای گرایش‌ها و امیال و از جانب سوم دارای کارکردها و کنش‌هایی هستند؛ تفاوت هنگامی رخ می‌دهد که شناخت‌ها و به دنبال آن‌ها، میل‌ها و کارکردها متفاوت می‌شود؛ چیزی که در معنادار یا بی‌معنا ساختن زندگی نقش ایفا می‌کند. نکته مهم این است که، تقریباً کلیه مکاتب فلسفی و نگرش‌های دینی در این‌که زندگی انسان باید معنایی داشته باشد، هم‌رأی هستند؛ چراکه پیش‌فرض اصلی گذران یک زندگی زنده و پویا، معنای زندگی و فلسفه‌ای است که زندگی بدان نیازمند است. اما آنچه در عمل رخ می‌دهد این است که بسیاری از زندگی‌ها از ابعاد صحیح معرفتی، گرایشی و رفتاری برخوردار نیستند. زندگی معنادار دارای بینشی استوار و به دنبال آن گرایش و کنشی صحیح است. در این‌جا به عنوان نمونه به برخی از جلوه‌های بینشی، گرایشی و کنشی زندگی معنادار اشاره می‌کنیم.

۱.۴ جلوه‌های بینشی

از ابعاد مهم وجود انسان، بعد بینشی و معرفتی است. معنای زندگی و زندگی معنادار ارتباطی مستقیم با این بعد دارد. این بعد را در دو عنوان «داشتن جهان‌بینی صحیح» و «تیین درست شرور و سختی‌ها» پی می‌گیریم.

۱.۱.۴ داشتن جهان‌بینی درست

برخورداری از جهان‌بینی مناسب و قابل توجیه، هم عامل معنابخش به زندگی و هم مهم‌ترین جلوه زندگی ارزش‌مند و معنادار است. نگرش منطقی و توجیه‌پذیر به جهان و انسان، یعنی نگرشی که ناظر به ارزش، هنجار و معنا در قالب نظامی معرفتی و الهی است، شاخصه زندگی معنادار است. هیچ تمدن و جامعه‌ای بدون آرمان، یعنی ایمان راسخ به هدف‌داری آفرینش، حیات مفید و توجیه‌پذیری نخواهد داشت. زندگی، شبکه‌ای از تجارب، افکار، اعمال، خاطرات، طرح‌ها، پیش‌بینی‌ها، مناسبات اجتماعی، فرض‌ها، پیش‌فرض‌ها و مانند این‌هاست. در زندگی معنادار همه اجزای این شبکه هدف‌مند هستند. داشتن دیدگاهی درست و مناسب و مفاهیم فلسفی غنی و رسای الیهاتی و فلسفی درباره هستی و انسان و زندگی او و نقش او در عالم و در نهایت هدف غایی زندگی انسان، نشان از داشتن یک جهان‌بینی درست است.

شناخت دنیا و پذیرش آن همان‌گونه که هست (توبه: ۳۸؛ یونس: ۲۴؛ رعد: ۲۶؛ عنکبوت: ۶۴؛ نهج‌البلاغه، خ ۵۲، ۸۳، ۱۱۳، ۲۲۶)، از جلوه‌های زندگی معنادار است. از اموری که زندگی‌ها را بی‌معنا می‌سازد، برآورده‌نشدن انتظارات از دنیا و زندگی در دنیاست. اما توجه به این نکته که دنیا مساوی با بهشت نیست، بلکه مقدمه و زمینه‌ساز و مزرعه کشت بهشت است و بنابراین جای تلاش و کوشش است و از سوی دیگر، محل برگزاری آزمون و امتحان است، باعث تغییر نوع نگاه به زندگی خواهد شد. باید به این باور رسید که این‌جا محل برگزاری آزمون است و باید خود را با جلسه آزمون هماهنگ کرد، نه این‌که جلسه آزمون را به زیر سؤال برد. از مزرعه انتظار راحتی و رفاه و نازپروردگی نباید داشت. دارندگان زندگی معنادار به جایگاه انسان در دنیا واقف هستند و می‌دانند که در دنیا مسافر،^۳ غریب و رهگذر،^۴ میهمان^۵ و مستأجر^۶ هستند و از این رو همه هم‌وغم خود را برای دنیا قرار نمی‌دهند تا از لذت‌های دیگر، نظیر بندگی خدا و مناجات با او، نوع دوستی و محبت، تقسیم زندگی با دیگران باز بمانند؛ چیزهایی که به زندگی بسیاری از افراد رونق و

گرمی بخشیده و می‌بخشد؛ البته روشن است که این، به معنای ترک دنیا و وانهادن آن و نساختن آن نیست.

نوع نگاه دارندگان زندگی معنادار به واقعیت‌ها نیز منصفانه، منطقی و خوش‌بینانه است. یکی از جلوه‌های جهان‌بینی صحیح، نگاه درست به مرگ و نقش آن در زندگی و حتی معنابخشی به زندگی است. افراد، با توجه به جهان‌بینی‌شان، می‌توانند رابطه مرگ را با زندگی و هدف غایی آن تبیین کنند. کسانی که مرگ را نابودشدن و سقوط می‌پندارند، زندگی را نیز پوچ و عبث می‌دانند؛ چراکه بر این باورند که هر هدف و آرمانی را که بشر برای خود قرار دهد، مرگ آن را نیست و نابود می‌کند. این بدان سبب است که آنان نمی‌توانند میان مرگ و غایت زندگی رابطه مناسب برقرار کنند. درواقع، مواجهه آن‌ها با میرایی خود چشم‌انداز سعادت را بر باد می‌دهد.

در میان بسیاری از باورمندان به حیات پس از مرگ و بی‌باوران به آن، فرار از مرگ وجود دارد. نشانه این گریز این است که برخی از مردم از گورستان وحشت دارند، برخی از کاربرد لفظ مرگ اجتناب می‌کنند، الفاظی هم چون «درگذشتن»، «سفرکردن»، «در آسایش ابدی به سر بردن» و ... را به کار می‌برند و بسیاری نیز سرگرم طرح‌های مبهم فکر خود هستند؛ این که مرگ برای دیگران اتفاق می‌افتد و حتی آن وقت هم تنها زمانی که مشکلی در سیستم سلامت به وجود آید (Young, 2003: 116).

انسان قادر است به خاطر ایده‌ها و آرزوهایش زندگی کند و به خاطر آن‌ها و در راه آن‌ها جان ببازد. انسان چیزی لازم دارد که به خاطر آن زندگی کند و حتی چیزی لازم دارد که به خاطر آن بمیرد. این همان گسترانیدن ظرفیت زندگی تا ابدیت برای بازگازدن دست انسان برای برنامه‌ریزی است.

جهان‌بینی الهی و توحیدی مسئله مرگ را حل می‌کند و رنج و یأس ناشی از آن را از زندگی بشر می‌زداید. مطابق این جهان‌بینی، نه تنها مرگ نومیدکننده و رنج‌آور نیست، بلکه حرکت‌بخش و امیدآفرین است، تا جایی که موجب می‌شود آدمی از روی علم و آگاهی مرگ خویش را انتخاب کند و خود به مسلخ برود (نصری، ۱۳۷۳: ۲۶۲).

۲.۱.۴ تبیین درست شرور و سختی‌ها

از جلوه‌های مهم زندگی معنادار، موجه دیدن شرور و سختی‌ها است. معنای زندگی را در چیزهای گوناگون و بسا متضاد می‌توان یافت؛ گاهی ارزش زندگی در رنج‌ها و بلاها نهفته

است و گاه نیز در خوشی‌ها و برخورداری‌ها. اولاً توقع آرامش کامل و دستیابی به همه امکانات در عالم مادی توقعی نابجاست و برای هیچ‌کس میسر نیست. ثانیاً به‌هر حال این‌گونه نیست که زندگی فرد مملو از ناملايمات و خالی از هر خوبی باشد. این خود انسان است که باید بتواند خوبی‌ها را کشف کند و تلخ‌کامی‌ها و رنج‌ها را در سایه خوبی‌ها به فرصت تبدیل کند. این خود فرد است که به رنج معنا می‌دهد و آن را به شور و امید تبدیل می‌کند. راحتی و آرامش، برخورداری از امکانات و رفاه نیست، بلکه لذت و شادی با سختی همراه است و اصلاً لذتش به این است که همراه با مشکلات است (شرح: ۶-۵). با دست‌وپنجه نرم‌کردن با مشکلات است که نشاط و شکوفایی به وجود می‌آید.

امام علی (ع) می‌فرماید: «در دگرگونی روزگار گوهر انسان‌ها شناخته می‌شود» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۱۷). سختی‌ها و گرفتاری‌ها، تربیت‌کننده فرد، بیدارکننده ملت‌ها و محرک اراده‌هاست (مطهری، ۱۳۷۵، ج ۱: ۱۴۳).

انسان در سختی و به همراه سختی آفریده شده است (بلد: ۴) تا جوهر وجودی وی در اثر صبر و تلاش و اندیشه شکوفا شود.

رنج، آگاهی است و موجودات زنده با رنج‌کشیدن به خودآگاهی دست می‌یابند. آگاهی از خویش همانا آگاهی از حدود و محدودیت‌های خویش است. ما وقتی خوشیم خودمان را فراموش می‌کنیم، از یاد می‌بریم که وجود داریم؛ و تبدیل به موجودی دیگر، موجودی بیگانه می‌شویم؛ از خودمان بیگانه می‌شویم. تنها با رنج دوباره در وجود خویش تمرکز می‌یابیم و به خود بازمی‌گردیم (اونامونو، ۱۳۷۰: ۱۹۴-۱۹۳).

در همین رابطه، عشق یکی از جلوه‌های این قانون است. عشق با درد و رنج قرین است. عشق واقعی جز در رنج یافت نمی‌شود (همان: ۲۶۶).

اگر فرد بفهمد و بپذیرد که مشکل و رنج ناشی از آن، جبران رنجی بالاتر و مقدمه راحتی است، با آغوش باز به استقبال آن خواهد رفت؛ به‌ویژه اگر نوع نگاه فرد مرز عالم خاکی را درنوردد و به جهانی برتر و نتیجه‌ای فرح‌بخش در عالمی بالاتر پیوند بخورد. امام علی (ع) می‌فرماید: «تلخ‌کامی دنیا شیرینی آخرت است و شیرینی دنیا تلخ‌کامی آخرت» (نهج‌البلاغه، حکمت ۲۵۱).

از سوی دیگر، سختی‌ها و مشکلات باعث توجه و تضرع به درگاه خداوند (یونس: ۱۲؛ اعراف: ۹۴)، یعنی بازگشت به خویشستن خویش و آگاهی از نقص، عجز و انحراف خود است (مدرسی، ۱۳۷۷: ۱۵۴).

کوشش انسان در یافتن معنا و ارزش، همیشه موجب تعادل نیست و ممکن است تنش‌زا باشد. اما همین «تنش» لازمه و جزء لاینفک زندگی شیرین است؛ تلاش برای پرکردن شکاف میان آنچه هست و آنچه باید باشد. کسی که توجیهی برای زندگی و به‌وجود آمدن خود بیابد، برای دستیابی به اهداف بلند استوار می‌ایستد (احقاف: ۱۳).

امر عجیب بایسته توجه این است که رنج، زهد و دوری از تمتعات مادی، یعنی همان چیزهایی که بر اساس محاسبات عقلانی می‌کوشیم از خود و اطرافیانمان دور سازیم، نقشی کلیدی در عمق بخشیدن به هویت انسانی ما دارند. در دوری از لذایذ مادی و تحمل شدائد حقیقتی ژرف نهفته است. امر قدسی در سختی و محنت بر اشخاص جلوه‌گر می‌شود. صاحبان زندگی معنادار با ترک تعلقات و پرهیز از دام‌هایی چون پول و پست و مقام، به انسانیت نزدیک‌تر می‌شوند و درمی‌یابند که در جهانی که دیر یا زود باید از دار و ندار خود و دوستان و نزدیکان و حتی جان خویش دست شست، چگونه زندگی کنند (Cottingham, 2003: 76)؛ چراکه برخورداری زیاد از ماده و طبیعت و تنعم و اسراف در لذات، فرد را در جنبه کمال انسانی ضعیف‌تر و بی‌اراده‌تر می‌کند.

انسان‌ها چون به دنبال زیاد از هر چیز هستند و پیوسته در پی بیش‌ترین‌ها، البته بیش‌ترین‌های مادی، هستند، با دست نیافتن به آن، احساس سرخوردگی می‌کنند، یا چون کمال نهایی انسان این چیزها نیست، وقتی کم‌ویش به این امور نیز دست می‌یابند، باز احساس کمبود می‌کنند.

۲.۴ جلوه‌های گرایشی

شناخت جهان و انسان و هدف آفرینش آن‌ها و نیز شناخت زندگی ارزش‌مند و راه نیل به آن باعث جهت‌یابی میل به سوی زندگی معنادار است. در اثر این شناخت، امیال و گرایش‌های انسان نیز شناخته می‌شود و انسان به راحتی می‌تواند آن‌ها را ارضا کند. در انسان یک سری امیال وجود دارد که نشان از ارزش‌مندی او و زندگی‌اش دارد. این امیال برای تأمین ارزش زندگی و معنای آن در نظر گرفته شده است و در همه انسان‌ها یکسان پخش شده است. در مراتب گوناگون زندگی ارزش‌مند، این امیال ارضا می‌شوند. در ادامه به برخی از ابعاد گرایشی زندگی معنادار اشاره می‌کنیم.

۱.۲.۴ امید

از ابعاد و اصول زندگی ارزش‌مند، امید است؛ امید به آینده، امید به رهایی و امید به نتایج برتر. امید‌باور فرد به این امر است که می‌تواند به اهداف خود دست یابد (Snyder, et al., 2002: 257). افراد امیدوار همواره درصدد دست‌یابی به آرمان و مطلوب خویش هستند. چنین افرادی دارای شور و نشاط‌اند و در نتیجه دچار روزمرگی نمی‌شوند. آنان بر پایه دو نوع فکر امیدوارند که به اهداف خود دست یابند؛ یکی این‌که می‌توانند راه‌های مؤثری را برای رسیدن به هدف طرح کنند و دیگر این‌که در خود این توان را می‌بینند که آن مسیرها را بپیمایند (کار، ۱۳۸۷: ۱۸۲).

عشق و ایمان به خدا، یعنی هدف‌نهایی زندگی انسان، اوج همه امیدهاست. خدا جاودان است و هر‌که به خدا امید ببندد، همیشه زنده خواهد ماند. ایمان، امید به آینده و رحمت بی‌کران الهی است (یوسف: ۸۷؛ حجر: ۵۶-۵۵). دین به بشر امید می‌دهد که در جهان، غریب و بیگانه نیست، بلکه این‌جا وطن و مزرعه اوست.

امید به آینده و هدف‌غایی زندگی و به‌ویژه حیات و سعادت ابدی، که ریشه و ثمره همه امیدهاست، از ارکان زندگی معنادار است.

معنای زندگی در سایه امید این است که حتی در تاریک‌ترین لحظه‌های زندگی می‌توان در اوج اطمینان و نشاط بود. زندگی هر روز و هر لحظه نیاز به تصمیم دارد؛ تصمیم برای انسان شدن، تصمیم برای انسان ماندن، تصمیم برای انسان زیستن، تصمیم برای رهایی از خود شیطانی و هجرت به سوی خود رحمانی، و این است معنای واقعی توبه و بازگشت به سوی خدا. سراسر توبه و پذیرش انسان از سوی خدای مهربان و بخشش همه خطاهای او (زمر: ۵۳)، امید و نشاط است.

توبه به انسان می‌گوید که زندگی هنوز در انتظار توست، روزهای خوب انسان زیستن منتظر بازگشت توست و گذشته قابل جبران است. توبه تولدی دیگر است؛ تولدی بعد از تولد. توبه رهایی است؛ رهایی از غم‌ها و سرخوردگی‌ها و رفتن به سوی عالم رضایت و شادمانی.

کسی که امید به زندگی را از دست داده است، محکوم به فناست. شخص با از دست‌دادن ایمان به آینده، دست‌انویز معنوی خود را نیز به یک‌باره از دست می‌دهد و خود را محکوم به فروپاشی جسمی و روحی می‌کند.

یکی از جلوه‌های امید، امید به آینده روشن بشریت است. از نظر اسلام، بشر دارای آینده‌ای است که در آن عقل‌ها شکوفا و کامل می‌شود، ظلم و فساد از زمین برچیده می‌شود، عدالت و امنیت و آزادی به معنای واقعی برقرار می‌شود، خورشید حقیقت به تمامه رخ می‌نماید و وعده الهی محقق می‌شود (قصص: ۵؛ نور: ۵۵).

درنهایت این‌که، از منظر کلی، برتر دیدن نظام عالم، مایه امید است. از منظر قرآن، جهان و انسان به بهترین شکل آفریده شده‌اند (تغابن: ۳؛ تین: ۴؛ نیز، سجده: ۷). لازمه این نظام احسن این است که زندگی افراد نیز دارای بهترین معناست.

۲.۲.۴ خودباوری

انسان زمانی خود حقیقی خویش را به دست می‌آورد که امکانات اصلی او، به مثابه یک انسان، تحقق پیدا کند. کسی که استعدادهایش شکوفا نشود، در دنیای تعلقات پراکنده و متفرق می‌شود. نقش وجدان مهیا کردن امکانات برای توجه به خود حقیقی است. ندای خود حقیقی باعث ناخرسندی از خود مجازی و بی‌قراری است و این بی‌قراری رضایت خاطر از حیات دنیوی را از بین می‌برد و مسئولیت انسان را برای جست‌وجوی وجود حقیقی و استعدادهای اصیل و اراده توجه به آن‌ها برمی‌انگیزد.

دارندگان زندگی پر معنا به خود، به مثابه یک انسان و کسی که می‌تواند در طبیعت و دیگران اثر بگذارد، باور دارند و به توانایی‌های وجودی خویش واقف هستند.

لازمه خودباوری این است که برای انسان ذات و نهادی در نظر بگیریم و بر مبنای آن به ارزیابی انسان پردازیم. اگر او از نهاد و فطرت خویش پا فراتر نهد، از خود بیگانه شده است (حشر: ۱۹؛ نصری، ۱۳۷۳: ۳۴۵). و این همه وقتی برای او حاصل می‌شود که معنایی درست و هدفی مناسب برای زندگی خویش فراهم کرده باشد. قرآن تشنگان را فرامی‌خواند تا با باور خویش به مثابه مؤمن، به برتری خویش واقف باشند و احساس سرخوردگی را از سر بیرون کنند (آل عمران: ۱۳۹؛ منافقون: ۸).

از منظر دینی، خودباوری و توجه به خود متعالی و نفخه رحمانی به راحتی می‌تواند مسیر زندگی فرد و بلکه انسان‌ها و جوامع را به سوی خیر و سعادت رهنمون شود. اندیشه تحول درونی و نجات از خودبیگانگی وجه مشترک همه ادیان الهی است. خودباوری دینی که لازمه‌اش خودشناسی است، «تولد دوباره» است.

۳.۲.۴ خوش‌بینی

در بحث از خوش‌بینی به زندگی، روان‌شناسان بر این باورند که زندگی دارای یک مؤلفه نیست، بلکه یک مؤلفه آن وجود خوش‌بینی و مؤلفه دیگر آن فقدان بدبینی است (Scheier, et al., 1994: 6, 1063-1078). بدبینی نسبت به جهان رنج‌آور است. بسی دردناک است که آدمی جهان را فاقد احساس و ادراک و هدف بداند. انسانی که خود را فرزند کوچکی از جهان می‌داند و برای خودش هدف قائل است، وقتی چنین بیندیشد که جهانی که او و فکرش را به وجود آورده است و هدف داشتن را به او یاد داده است، خودش هدف ندارد، سخت به خود می‌لرزد. دارنده این اندیشه، که در جهان عدالت نیست و در طبیعت تبعیض و ظلم وجود دارد، با داشتن همه نعمت‌های دنیا، بدبین و ناخشنود خواهد ماند. کوشش‌های چنین کسی برای سعادت خود و نیک‌بختی نوع بشر با هیچ‌گونه دل‌گرمی و امیدی همراه نیست. وقتی پایه هستی بر ستم‌گری باشد، دیگر عدالت‌خواهی انسان بی‌معنا است. وقتی اصل جهان بی‌هدف باشد، هدف داشتن ما هم چون نقش بر آب است (مطهری، ۱۳۶۷: ۸۶-۸۵).

خوش‌بینی ریشه در باور افراد نسبت به علل رخدادها و حوادث دارد. هر فردی برای نسبت‌دادن یک پدیده به علتی معین تمسک می‌جوید، که از آن به «سبک تبیین» یاد می‌شود. خوش‌بینی یا بدبینی نسبت به رخدادهای زندگی به سبک تبیین و تحلیل فرد از رویدادهای مختلف زندگی برمی‌گردد (سلیگمن، ۱۳۸۳: ۷۲). بنابراین، خوش‌بینی را باید آموخت.^۷ دارندگان زندگی معنادار به زندگی خوش‌بین هستند و برای رخدادهای زندگی توجیه و تبیین معقول و مثبت دارند (Extremera, et al., 2009: 137) و با شیوهٔ مقابله، مشکلات زندگی را به نحو مؤثرتری حل می‌کنند و در نتیجه کارایی بیشتری را در زندگی تجربه می‌کنند (Scheier, et al., 1994: 6, 1063-1078).

امنیت روانی ره‌آورد خوش‌بینی نسبت به پدیده‌ها و رخدادهای زندگی و جهان است، همان‌طور که تبیین بدبینانه از رویدادها باعث می‌شود که افراد این امور را تهدیدآمیز تلقی کرده، احساس خطر کنند (شاملو، ۱۳۷۸: ۹۱). بررسی‌ها نشان داده است که خوش‌بینی و اضطراب رابطهٔ مستقیم با هم دارند؛ هر اندازه که سطح خوش‌بینی فرد کاهش یابد، به همان میزان اضطراب وی افزوده می‌شود (Lamontagne, et al., 2003: 1).

دارندگان زندگی معنادار به امکانات، فرصت‌ها، توان‌مندی‌ها، خوبی‌ها، زیبایی‌ها، عشق و به خدا به مثابه عالی‌ترین منبع عشق و زیبایی و خوبی بیش‌تر توجه دارند (بقره: ۱۶۵)، همان‌طور که دارندگان زندگی بی‌معنا بیش‌تر به جنبه‌های منفی زندگی، شکست‌ها، بی‌عدالتی‌ها، کمبودها و کجی‌ها توجه دارند.

صاحبان ایمان دارای بهترین آرامش و آسایش روانی هستند (بقره: ۶۲). این ایمنی از این روست که آن‌ها جهان و سازنده‌اش را حکیم و علیم و هدف‌دار می‌دانند، نه گیج و منگ و بی‌هدف، و آن را عادل و طرف‌دار حق و اهل حق می‌دانند نه ستم‌گر و طرف‌دار ستم یا بی‌تفاوت.

نیز، نگاه اسلام به انسان خوش‌بینانه است. خداوند با خوش‌بینی به سرنوشت و سرشت انسان، در پاسخ به اعتراض فرشتگان در آفرینش او، آنان را سرزنش می‌کند، می‌فرماید سرشت انسان تنها بر بدی و شر و فساد نهاده نشده است؛ این سکه روی دیگری هم دارد که شما از آن بی‌خبرید. تنها در سرشت او خودخواهی، حیوانیت، منافع طبقاتی و ظلم و زور نیست؛ موجودی است مرکب از نور و ظلمت (بقره: ۳۰).

از نظر اسلام، سراسر زندگی انسان عشق و شور و خود انسان کانون خوشی و لذت و سعادت است، اما به شرطی که بخواهد و بتواند از این کانون بهره‌برداری کند. هیچ غمی نیست که قابل تبدیل به سرور و بهجت نباشد. تربیت‌شدگان مکتب وحی حتی مصیبت‌ها را نیز زیبا می‌بینند؛ زیرا همه‌چیز را از خدا و در محضر خدا می‌دانند (بقره: ۱۵۶). برای آن‌ها هیچ مشکلی لاینحل نیست؛ زیرا به قدرتی فوق‌همه قدرت‌ها متکی هستند.

از جلوه‌های خوش‌بینی در اسلام این است که هر سوره‌ای از قرآن با نام مبارک «رحمان» و «رحیم» آغاز می‌شود، که علاوه بر بشارت رحمت خاص بر مؤمنان و مسلمانان، رحمت عام برای همگان را وعده می‌دهد. قرآن مؤمنان و صالحان سایر ادیان الهی را نیز بشارت به نجات می‌دهد و زندگی آن‌ها را ارزش‌مند می‌داند (بقره: ۶۲).

خدای متعال رحمتش گسترده است و بر خشمش تقدم دارد و ابتدائاً نگاه رحیمانه به بندگان دارد و خشم و غضبش در مرحله‌ای است که پای تعدی بندگان و عدالت خداوند به میان آید. به همین دلیل است که به‌رغم قدرتش، سرکشان را مهلت می‌دهد و توبه و بازگشت مجرمان را می‌پذیرد (زمر: ۵۳؛ توبه: ۱۰۴؛ بقره: ۵۴؛ حدید: ۲۸).

۳.۴ جلوه‌های کنشی

کنش‌ها و خلقیات متفاوت انسان ناشی از معرفت‌ها و گرایش‌های اوست. این مرتبه بر بعد عملی زندگی انسان توجه دارد. در این جا مقصود این است که زندگی ارزش‌مند، با توجه به بینش‌ها و گرایش‌های صاحبش، دارای ملکات و فضایل اخلاقی است. نمونه‌ای از این کنش‌ها به قرار ذیل است:

۱.۳.۴ آرامش و اطمینان

از مهم‌ترین نشانه‌های زندگی معنادار، آرامش و اطمینان خاطر است. زندگی همراه با دلهره و اضطراب و یأس و پوچی گوارا نیست. از منظر دین، این آرامش هنگامی حاصل می‌شود که بینش و باور شخص مبتنی بر تکیه‌گاهی مطمئن و مستحکم باشد، نه سست‌بنیاد، همچون لانه عنکبوت (عنکبوت: ۴۱).

از منظر اسلام، ایمان به خدای متعال باعث این استحکام و حیاتی مافوق حیات نباتی و حیوانی، یعنی «حیات طیبه» می‌شود (نحل: ۹۷) که گوارا، دل‌چسب، طبع‌پسند و مایه آرامش و لذت است و در آن ترس و ناراحتی و شکوه و ملال نیست (مائده: ۶۹؛ راغب: ۱۴۱۶؛ ابن‌منظور، ۱۴۱۴؛ قرشی، ۱۳۵۲؛ ماده «طیب»؛ ابن‌عاشور، بی‌تا، ج ۱: ۱۱۰). به هر میزان که این ارتباط قوی‌تر و شدیدتر باشد، بهجت و سرور کامل‌تری نصیب دارنده آن می‌شود؛ زیرا از تغییر و از بین رفتن محبوبش نگران نیست و به همین سبب به آرامش کامل دست می‌یابد (فخر رازی، ۱۴۰۵، ج ۱۷: ۱۸۲)، حال آن‌که دوست‌داران دنیا و امور فانی، اولاً دارای محبوب‌های متفاوت و ثانیاً پیوسته نگران از دست دادن آن‌ها هستند.

قرآن نقطه مقابل حیات طیبه و آرام‌بخش مؤمنان را از یک‌سو حیات مرده، بی‌اثر و کسالت‌بار (نمل: ۸۰؛ نیز روم: ۵۲؛ فاطر: ۲۲) و از سوی دیگر حیات تلخ، ناگوار و سخت و به تعبیر قرآن «ضنک»^۱، یعنی دارای جزع و فرع و نارضایتی (آلوسی، ۱۴۲۰، ج ۱۴: ۲۲۷) می‌داند (طه: ۱۲۴).

از آن‌جا که مؤمن برای پدیده‌ها و رویدادهای اضطراب‌زا تبیین موجه و منطقی دارد و همه چیز را تحت اراده و خواست خدای علیم، حکیم و قادر می‌داند، احساس امنیت و آرامش، یعنی احساس آزادی نسبی از خطر و اندوه می‌کند (بقره: ۱۱۲). به بیان دیگر، ره‌آورد این احساس حالت خوشایندی است که آرامش جسمانی و روانی را به دنبال دارد (شاملو، ۱۳۷۸: ۹۱).

به‌هرروی، آرامش زندگی ناشی از رضایت از آن است، اما باید به این نکته توجه داشت که خشنودی از زندگی به معنای راضی‌بودن به بهره‌ خود از سوی خداوند و زندگی بر اساس ایمان، اخلاق و عقل است و الا صرف خشنودی از زندگی لازمه‌اش ارزش‌مندی و معناداری آن نیست. این دو چیز را باید از هم تفکیک کرد. هیتلرها و نرون‌ها نیز از زندگی خود راضی بودند، اما نمی‌توان زندگی‌شان را معنادار و ارزش‌مند دانست.

۲.۳.۴ تعهد و احساس مسئولیت

زندگی همراه با تعهد، ارزش‌مند است و متقابلاً زندگی ارزش‌مند، تعهدآفرین است؛ تعهد نسبت به خود، هم‌نوعان و هم‌کیشان. بالاترین تعهد این است که یک مؤمن نسبت به خود، به عنوان یک انسان و بنده‌ خداوند متعهد است و از موقعیت خویش در جهان هستی آگاه باشد و خود را ملزم به دست‌یابی به کمالی بداند که خداوند برای او به مثابه‌ انسان در نظر گرفته است. هر کس مسئول ساختن زندگی خویش است. هیچ‌کس نمی‌تواند معنای زندگی خویش را از دیگران طلب کند؛ همگان باید مراقب خود باشند (مائده: ۱۰۵).

نیز، انسان در برابر جامعه و دیگران مسئول است. زندگی خوب آن است که مراقب خود و افراد پیرامون خویش باشیم و خواسته‌های خود و وابستگان را فدای خوبی‌ها کنیم و خود را نسبت به یک‌سری چیزها متعهد سازیم و فضایل‌مان را گسترش دهیم و به بیان پیامبر اکرم (ص) هم‌چون چوپان، مراقب ربه و اجتماع خود باشیم (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۲: ۳۵).

صاحبان زندگی ایده‌آل به گستره‌ معیار انتخاب‌های خود توجه دارند و انتخاب‌های‌شان صرفاً برای خود و تنها خوشایند خود نیست. انتخاب آن‌ها برای خود و دیگران خیر است؛ زیرا هر انتخابی اذعان به یک ارزش است و ارزش نیز عام است و محدود به خود شخص نیست. آنچه لازمه‌ یک زندگی معنادار است مجموعه‌ای کلی از ارزش‌ها و به عبارتی ارزش‌های ذاتی است؛ ارزش‌هایی که هرکس، قطع نظر از فرهنگ خاص خود، به آن‌ها معتقد است. انتخاب ارزش‌های ذاتی نیز به معیاری ذاتی و مطلق نیاز دارد.

دارندگان زندگی خوب اهداف‌شان صرفاً متمرکز در خود نیست. لازمه‌ زندگی خوب توجه به دیگران نیز است. مسئولیت در برابر اجتماع و دیگران، باز ناشی از پاسخ‌گویی در برابر خود است. فعالیت‌هایی که به زیان یا فریب دیگران بینجامد، از افراد استفاده‌ ابزاری کند و چشم و گوش انسان را در برابر مشکلات هم‌نوعان فرو بندد، نمی‌تواند فعالیت‌هایی

انسانی قلمداد شود. و از این رو، نمی‌توان انتظار داشت چنین فعالیت‌هایی زندگی‌ای در خور زیستن بسازد. ارزش مند کردن زندگی با توسل به شیوه‌های غیرانسانی به خودشکنی می‌انجامد و آدمی را از منزلت انسانی تنزل می‌دهد (Cottingham, 2003: 87).

نوع‌دوستی از نشانه‌های زندگی ارزش مند و یکی از نیازهای معنوی و فطری بشر است و عمل به آن اقتناع‌گر روح انسان و ارزش‌بخش به زندگی وی است. میدان‌دادن به این حس در واقع بیرون رفتن از «خود طبیعی» به «خود ایده‌آل» است. زندگی ارزش مند با ارزش‌هایی نظیر ایثار و از خودگذشتگی، انفاق به زیردستان، مهرورزی با همه انسان‌ها، به‌ویژه افراد ضعیف، عجزین شده است. لذت و ثمره‌ای که افراد در تقسیم محبت و امکانات خویش به دیگران به دست می‌آورند به‌هیچ‌وجه قابل مقایسه با لذت و ثمره‌ای نیست که خود به تنهایی از آن‌ها استفاده می‌کنند. و البته اگر این نوع‌دوستی و مساوات، حتی سه روز گرسنه ماندن، برای خداوند و به خاطر خداوند باشد، لذت و پاداش و ارزش آن قابل مقایسه با هیچ لذت و پاداش و ارزشی نیست (انسان: ۱۱-۷).

۵. نتیجه‌گیری

آنچه در این جا بدان پرداختیم، اشاره‌ای به برخی از شاخصه‌های مهم زندگی معنادار است. با توجه به جهان‌بینی اسلام، که مبتنی بر پذیرش مبدأ و معاد برای عالم و انسان است، معنای زندگی را باید با توجه به مسیر پیوسته انسان از دنیا تا آخرت مورد بررسی قرار داد. به بیان دیگر، مؤمن نباید و نمی‌تواند فقط در دنیا به دنبال معنای زندگی بگردد، بلکه باید به دنبال چیزی باشد که برای هر دو سرا به زندگی او معنا ببخشد. به بیان دیگر او باید به دنبال سعادت و خوشی ماندگار باشد. انسان موجودی پیچیده و دارای ابعاد گوناگون است و همه این ابعاد در یک‌دیگر تأثیر و تأثر دارند. حیات دنیوی او هیچ‌گاه مستقل از حیات اخروی نیست، چنان‌که بعد بینشی او در بعد گرایشی او و هر دو در بعد کنشی او تأثیر متقابل دارند.

درهم‌تنیدگی ابعاد بینشی، گرایشی و کنشی را از خلال مباحث گذشته می‌توان به راحتی بیرون کشید؛ چنان‌که واضح است که، کسانی که از زندگی ارزش مند و معنادار برخوردارند، دارای جهان‌بینی استوار و اهداف سترگ هستند که باعث می‌شود زندگی‌شان دارای نشاط، پویایی، تحرک و سرزندگی و آرامش و آسودگی باشد؛ به زندگی نگاه مثبت و خوشایند

داشته باشند، از سلامت روانی و جسمانی بهتری برخوردار باشند، دچار افسردگی و یأس نشوند، اضطراب و دلهره کم‌تری را تجربه کنند، از سبک‌های مقابله‌ای بیش‌تری برای مواجه‌شدن با امور تنش‌زا استفاده کنند، از موفقیت‌های بیش‌تری در حوزه‌های گوناگون زندگی، نظیر حوزه‌های شغلی، تحصیلی، ورزشی برخوردار باشند و از روابط اجتماعی غنی‌تری برخوردار باشند.

به بیان دیگر، بسیاری از عوامل معنابخش به زندگی انسان‌ها در درون آموزه‌های دینی نهفته است و سرگردانی انسان معاصر و بی‌معنایی زندگی او ناشی از بی‌توجهی به این آموزه‌ها است.

نکته دیگر این‌که مطابق آنچه گذشت، ارزش زندگی معنادار فقط وابسته به خود شخص نیست، بلکه به خداوند، اطرافیان و همه کسانی وابسته است که شخص در خلال زندگی با آن‌ها مرتبط بوده است. انسان نیکوکار بخشی از ارزش زندگی خود را مرهون تقسیم محبت خود با دیگران است؛ چنان‌که انسان مؤمن بخش عمده ارزش و معنای زندگی خود را مرهون ایمان به خدای متعال و لطف خداوند به اوست.

نکته دیگر این‌که ارزش و معنای زندگی در امور متفاوت و بسا متضاد نهفته است و چنان نیست که بتوان تنها با برخی امور به زندگی معنا بخشید. چنان‌که گاهی ارزش زندگی در سختی‌ها و رنج‌ها و بلاها نهفته است؛ گاه نیز در خوشی‌ها و برخوردارها.

در نهایت این‌که، آنچه در این جهان‌بینی مهم و سرنوشت‌ساز است، رابطه انسان با خداوند و یافتن معنای زندگی در سایه باور به خدای خالق آسمان‌ها و زمین است. از ویژگی‌هایی که برای زندگی معنادار برشمردیم می‌توان به خوبی به این نکته پی برد که معناداری زندگی رابطه تنگاتنگی با ایمان به خداوند دارد و زندگی ایمانی ارزش‌مند و معنادار است. به بیان دیگر، ایمان به خداوند به زندگی معنا و گرما می‌بخشد. به بیان آخر، شاخصه‌هایی را که برشمردیم ویژگی زندگی ایمانی است.

پی‌نوشت

۱. از منظر دیگر نیز می‌توان واژه «معنای زندگی» را کلمه‌ای کانونی دانست. در این نگاه، کلمات کلیدی پیرامون معنای زندگی یا خصوصیت مثبت دارند و یا خصوصیت منفی. در جانب مثبت، برخی از کلمات کلیدی عبارت‌اند از: خودباوری، تعهد، احساس مسئولیت، خوش‌بینی، امید،

آرامش، اطمینان، پویایی، نشاط و تحرک؛ و در جانب منفی، برخی از کلمات کلیدی عبارت‌اند از: یأس، سرخوردگی، پوچی، اضطراب، دلهره، کسالت، نارضایتی، بدبینی، سردرگمی، افسردگی، تنهایی و بی‌تفاوتی.

۲. البته توجه به یک نکته بایسته است و آن این‌که ملکات و فضایی نظیر خودباوری، تعهد، احساس مسئولیت، خوش‌بینی، امید، آرامش، اطمینان، پویایی، نشاط و تحرک و ... با زندگی معنادار رابطه متقابل دارند؛ این اوصاف هم پیامد زندگی معنادار هستند و هم موجب فزونی معنا. ۳. امام علی (ع) در توصیف مسافر بودن انسان‌ها در دنیا می‌فرماید: «ای بندگان خدا، شما را وصیت می‌کنم که این دنیا را ترک گوئید، که دنیا شما را ترک خواهد گفت، هرچند، راضی به ترک او نباشید و جسمتان را کهنه می‌کند، هرچند، شما خواستار تازه‌بودن آن باشید. مثل شما و دنیا مثل مسافرانی است که به راهی می‌روند و تا به خود آیند، بیند که آن را پیموده‌اند. یا آهنگ رسیدن به نشانه و هدفی کنند و تا دیده برمی‌کنند، بیند که به آن رسیده‌اند» (نهج‌البلاغه، خطبه ۹۹؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۳: ۱۱۳).

چنان‌که در تعبیری دیگر، خطاب به فرزند عزیزشان امام حسن (ع) می‌فرماید:

ای فرزند، تو را آگاه کردم از دنیا و دگرگونی‌هایش و دست به دست گشتن‌هایش. و تو را از آخرت خبر دادم و آنچه برای اهل آخرت در آن‌جا مهیا شده و برای هر دو مثل‌هایی آوردم، تا به آنها عبرت‌گیری و از آنها پیروی کنی. مثل کسانی که دنیا را به آزمون شناخته‌اند، مثل جماعتی است از مسافران که در منزل‌گاهی قحطی‌زده و بی‌آب و گیاه منزل دارند و از آن‌جا آهنگ جایی سبز و خرم و پر آب و گیاه نمایند. اینان سختی راه و جدایی از دوستان و مشقت سفر و ناگواری غذا را به جان بخرند تا به آن سرای گشاده، که قرارگاه آن‌هاست، برسند. پس، آن همه رنج‌ها را که در راه کشیده‌اند، آسان شمارند و آن هزینه که کرده‌اند زیان‌پندارند. و برایشان چیزی خوش‌تر از آن نیست که به منزل‌گاه‌شان نزدیک کند و به محل موعودشان درآورد. و مثل کسانی که فریب دنیا را خورده‌اند، مثل جماعتی است که در منزل‌گاهی سبز و خرم و با نعمت بسیار بوده‌اند و از آن‌جا به منزل‌گاهی خشک و بی‌آب و گیاه رخت افکنده‌اند. پس برای آنان چیزی ناخوشایندتر و دشوارتر از جدایی از جایی که در آن بوده‌اند و رسیدن به جایی که بدان رخت کشیده‌اند، نباشد (نهج‌البلاغه، نامه ۳۱؛ ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۸۴: ۷۳۷).

و در تعبیری دیگر می‌فرماید: «اهل دنیا مسافرانی هستند که بند کوله‌بارشان را در جای دیگر باز می‌کنند» (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۸۴: ۲۹۹؛ شیخ مفید، ۱۳۶۸: ۱۸؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۸: ۱۷۹).

۴. نبی اکرم (ص) در این باره می‌فرماید: «در دنیا به گونه‌ای باش که گویا در آن ناآشنا یا رهگذری هستی» (ترمذی، ۱۴۰۸، ج ۱: ۳۸۸؛ بخاری، ۱۴۲۱، ج ۵: ۲۳۵۸؛ متقی، ۱۴۰۱، ج ۳، ص ۱۹۴؛ مجلسی، ۱۴۰۳: ۷۳: ۹۹).

۵. پیامبر خدا (ص) می‌فرماید: «کونوا «در دنیا میهمان باشید... [چراکه] می‌سازید چیزی را که در آن ساکن نمی‌شوید و جمع می‌کنید آنچه را نمی‌خورید و آرزو می‌کنید چیزی را که به دست نمی‌آورد» (متقی، ۱۴۰۱، ج ۱: ۳۴۴؛ دیلمی، ۱۳۸۷: ۹۴).
- و در کلامی دیگر می‌فرماید: «بی‌شک مردم در دنیا میهمان‌اند و آنچه در دستشان است، امانت است و بی‌شک مهمان کوچ می‌کند و امانت بازگردانده می‌شود» (دیلمی، ۱۳۸۷: ۲۳؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۷: ۱۸۷).
۶. امام کاظم (ع) در این باره می‌فرماید: «در دنیا همچون ساکن خانه‌ای باش که مال او نیست و منتظر اسباب‌کشی است» (ابن‌شعبه حرائی، ۱۳۸۴: ۳۹۸؛ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۸: ۳۱۳).
۷. مطابق دیدگاه روان‌شناسان، خوش‌بینی یا «سرشتی» است و در افراد وجود دارد و یا «آموخته شده» است؛ یعنی اکتسابی است و قابلیت فراگیری دارد و در نحوه تفکر و تبیین افراد درباره علل رخدادها و حوادث ریشه دارد؛ که البته دیدگاه اخیر امروزه بیش‌تر مورد توجه است (سلیگمن، مارتین و دیگران، ۱۳۸۳، ۷۳-۷۲؛ Scheier, Michel F., & Carver, C. S., 1985).
۸. جهت مشاهده اقوال درباره تفسیر «ضنک» و مقصود از دنیوی یا اخروی بودن آن، ر.ک: فخر رازی، ۱۴۰۵، ج ۲۲: ۱۳۱-۱۳۰.

منابع

- قرآن کریم.
نهج‌البلاغه.
ابن‌شعبه حرائی، حسن بن علی (۱۳۸۴ ق). *تحف العقول عن آل الرسول*، تهران: کتابفروشی اسلامیه.
ابن‌عاشور، محمد طاهر (بی‌تا). *التحریر و التنویر*، ج ۱۱، بی‌جا: بی‌نا.
ابن‌منظور، محمدبن مکرم (۱۴۱۴ ق). *لسان العرب*، بیروت، دار صادر.
ایزوتسو، توشی‌هیکو (۱۳۶۸). *خدا و انسان در قرآن*، ترجمه احمد آرام، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
آلوسی البغدادی (۱۴۲۰ ق). *روح المعانی فی تفسیر قرآن العظیم و السبع المثانی*، ج ۱۴، بیروت، دار احیای التراث العربی.
بخاری، محمد بن اسماعیل، (۱۴۲۱ ق). *صحیح البخاری*، ج ۵، قم: دار الفکر.
ترمزی، محمد بن عیسی (۱۴۰۸ ق). *الجامع الصحیح و هو سنن الترمزی*، ج ۱، قم: دار الفکر.
داونامونو، میگل (۱۳۷۰). *درد جاودانگی*، بهاء‌الدین خرمشاهی، تهران: البرز.
دیلمی، حسن بن محمد (۱۳۸۷). *ارشاد القلوب*، تهران: اسوه.
راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۱۶ ق). *مفردات الفاظ القرآن*، تحقیق صفوان عدنان داوودی، بیروت، الدار الشامیه، دمشق، دارالقلم.

- سجادی، ابرهیم (۱۳۸۵). «قرآن و معنای زندگی»، مجله پژوهش‌های قرآنی.
- سلیگمن، مارتین و همکاران (۱۳۸۳). کودک خوش‌بین، ترجمه فروزنده داورپناه، تهران: رشد.
- شاملو، سعید (۱۳۷۸). *بهداشت روانی*، تهران: رشد.
- شجاعی، محمدصادق، و دیگران (۱۳۹۱). «معنای زندگی در نهج‌البلاغه»، مجله مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ش ۱۱.
- شوبکلابی، مسلم (۱۳۸۹). «معنای زندگی در نگاه امیر مؤمنان علی (ع)»، مجله مرئیان، ش ۳۵.
- شیخ مفید، محمد بن نعمان (۱۳۶۸). *الامالی*، مشهد: آستان قدس رضوی، بنیاد پژوهش‌های اسلامی.
- عمرانی مهدیه و اسماعیل زراعی (۱۳۸۸). «قرآن و معنادرمانی»، مجله معرفت در دانشگاه اسلامی، سال ۱۳، ش ۳.
- فتح‌اللهی، ابراهیم (۱۳۸۷). «معناداری زندگی در قرآن کریم»، در مجموعه مقالات مسابقات بین‌المللی قرآن کریم، گروهی از نویسندگان، جلد ۳، تهران: اسوه.
- فخر رازی، محمد (۱۴۰۵ ق). *التفسیر الکبیر*، ج ۱۷، بیروت: دارالفکر.
- قرشی، علی اکبر (۱۳۵۲). *قاموس قرآن*، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
- کار، آلان (۱۳۸۷). *روانشناسی مثبت؛ علم شادمانی و نیرومندی‌های انسان*، حسن پاشا شریفی و جعفر نجفی زند، با همکاری باقر ثنایی، تهران: سخن.
- متقی، علی بن حسام‌الدین (۱۴۰۱ ق). *کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال*، ج ۱، بیروت: مؤسسه الرساله.
- متقی، علی بن حسام‌الدین (۱۴۰۱ ق). *کنز العمال فی سنن الاقوال و الافعال*، ج ۳، بیروت: مؤسسه الرساله.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ ق). *بحار الانوار*، ج ۷۲، بیروت: الوفاء.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ ق). *بحار الانوار*، ج ۷۷، بیروت: الوفاء.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ ق). *بحار الانوار*، ج ۷۸، بیروت: الوفاء.
- مدرسی، محمدتقی (۱۳۷۷). *تفسیر هادیت*، مشهد: آستان قدس رضوی.
- مطهری، مرتضی (۱۳۶۷). *عدل الهی*، تهران: صدرا.
- مطهری، مرتضی (۱۳۷۵). *مجموعه آثار*، تهران: صدرا.
- موسوی، مریم، اسحاق طاهری (۱۳۹۱). *مرگ‌آگاهی و معناداری زندگی از منظر نهج‌البلاغه*، مجله انسان‌پژوهی دینی، ش ۲۷.
- نصری، عبدالله (۱۳۷۳). *خدا در اندیشه بشر*، تهران: دانشگاه علامه طباطبایی.
- هاشمی، حمید (۱۳۸۲). «هدف زندگی در قرآن»، مجله گلستان قرآن، ش ۱۶۷.

Cottingham, John (2003). *On the Meaning of Life*, London: Rutledge.

Extremera, Natalio, Duran, Auxiliadora & Rey, Lourdes (2009). The moderating effect of trail meta-mood and perceived stress on life satisfaction, *Journal of personality and Individual Differences*, In press, Corrected proof, Available online; 24 March 2009.

- Lamontagne, L. Yanda, et el. (2003). 'Optimism and anxiety, and coping in parents of children hospitalized for spinal surgery', *Journal Applied Nursing Research*, Vol. 16, No. 4.
- Scheier, Michel F., & Carver, C. S. (1985). 'Optimism, coping and expectancies', *Health psychology*, V. 4.
- Scheier, Michel F., et el. (1994). 'Distinguishing optimism from neuroticism: a reevaluation of the life orientation test', *Journal of personality and social psychology*, Vol. 67, No. 6.
- Snyder C. R., et el. (2002). 'Hope Theory; A member of the positive psychology family', in *Handbook of positive psychology*, C. R. Snyder and Shane Lopez (eds.), oxford university press, New York, p. 257-267.
- Young, Julian (2003). *The Death of God and the Meaning of Life*, London: Routledge.