



A Qur'anic Analysis of the Crisis of Life Meaning in the Modern Human: An Interdisciplinary Perspective Integrating Theology and Existential Psychology

Mohammad Marefat ¹

1. Associate Professor., Department of Theology and Islamic Studies, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

Article information	ABSTRACT
Article type: Research Paper	The crisis of meaning in life is one of the most serious challenges facing modern humans, manifesting in feelings of aimlessness, nihilism, anxiety, and alienation. This phenomenon has been exacerbated particularly in the context of modern intellectual, cultural, and philosophical developments, including the dominance of instrumental rationality, secularism, and extreme individualism. This study adopts an interdisciplinary approach, integrating Islamic theology and existential psychology, to conduct a deeper theological analysis of this crisis through the lens of the Qur'anic teachings. From the Qur'anic perspective, the purpose of human life is framed within the trajectory of servitude, nearness to God, and the realization of human perfection. Concepts such as remembrance of God (dhikr Allah), purposefulness of creation, divine encounter (liqa' Allah), and human vicegerency (khilafah) serve as foundational elements that bestow meaning upon life. Existential psychology, on the other hand, analyzes the crisis of meaning through the lens of freedom, responsibility, existential anxiety, and confrontation with death. The findings of this study suggest that the Qur'anic worldview, by offering a transcendental purpose beyond material existence, can play a vital role in meaning-making and the spiritual healing of the modern human, and may even complement the existential gaps within psychological approaches.
KEYWORDS: Crisis of meaning in life, modern human, the Holy Qur'an, Qur'anic theology, existential psychology.	
Received: 2025/08/01 Accepted: 2025/11/16	
*Corresponding author: m.marefat@iau-tnb.ac.ir	
How to cite this paper: Marefat, M. (2025). A Qur'anic Analysis of the Crisis of Life Meaning in the Modern Human: An Interdisciplinary Perspective Integrating Theology and Existential Psychology. <i>Interdisciplinary Studies of the Quran and Theology</i> . 3(2): 171-188.	
DOI: 10.22034/isqt.2025.15351.1051	

تحلیل قرآنی از بحران معنای زندگی در انسان مدرن با رویکرد میان‌رشته‌ای الهیات و روان‌شناسی وجودی

محمد معرفت^۱

۱- دانشیار، گروه الهیات و معارف اسلامی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

اطلاعات مقاله	چکیده
نوع مقاله: علمی پژوهشی واژگان کلیدی: بحران معنای زندگی، انسان مدرن، قرآن کریم، الهیات قرآنی، روان‌شناسی وجودی. تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۱۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۸/۲۵ * پست الکترونیکی نویسنده مسئول: m.marefat@iau-tnb.ac.ir ارجاع: معرفت، م. ۱۴۰۴، تحلیل قرآنی از بحران معنای زندگی در انسان مدرن با رویکرد میان‌رشته‌ای الهیات و روان‌شناسی وجودی، دوفصلنامه بین رشته‌ای قرآن و الهیات، ۳(۲)، ۱۷۱-۱۸۸.	بحران معنای زندگی، از جدی‌ترین مسائل انسان مدرن است که خود را در قالب احساس بی‌هدفی، پوچی، اضطراب و از خودبیگانگی نشان می‌دهد. این پدیده بویژه در بستر تحولات فکری، فرهنگی و فلسفی عصر مدرن، از جمله سیطره عقلانیت ابزاری، سکولاریسم و فردگرایی افراطی، تشدید شده است. پژوهش حاضر با روش کیفی و با رویکرد توصیفی - تحلیلی در چارچوب مطالعات میان‌رشته‌ای میان الهیات قرآنی و روان‌شناسی وجودی، تلاش دارد با بهره‌گیری از آموزه‌های قرآن کریم، به تحلیل عمیق‌تر و الهیاتی این بحران بپردازد. از منظر قرآن، هدف زندگی انسانی در مسیر عبودیت، قرب الهی و تحقق کمال انسانی ترسیم شده است و مفاهیمی همچون «یاد خدا»، «هدفمندی خلقت»، «لقاءالله» و «خلافت انسان» بنیان‌های معنابخش زندگی را شکل می‌دهند. روان‌شناسی وجودی نیز با تأکید بر آزادی، مسئولیت، اضطراب وجودی و مواجهه با مرگ، به تحلیل روانی بحران معنا می‌پردازد. یافته‌های این مقاله نشان می‌دهد که نگاه قرآنی با ارائه غایتی فراتر از هستی مادی، می‌تواند نقشی اساسی در معناجویی و درمان معنوی بحران انسان مدرن ایفا کند و حتی خلأهای معنایی روان‌شناسی وجودی را تکمیل نماید.

۱- مقدمه

یکی از بحران‌های اساسی انسان در عصر مدرن، مسأله «بحران معنای زندگی» است؛ بحرانی که نه تنها در سطح فردی، بلکه در ابعاد اجتماعی، فرهنگی و تمدنی نیز نمود یافته و پیامدهایی همچون احساس پوچی، افسردگی، اضطراب، از خودبیگانگی و گسیختگی اخلاقی را به دنبال داشته است (فرانکل، ۱۳۹۷؛ یالوم، ۱۳۹۵). این بحران در بستر گفتمان‌های مدرنیته و پسامدرنیته و بر اثر تضعیف پیوندهای سنتی، تفسیرهای مادی‌گرایانه از انسان و جهان، و کنار زدن دین از عرصه‌های معرفت و زندگی، بویژه در جوامع غربی، شدت یافته است (Bauman, 2000; Taylor, 2007). در چنین فضایی، نیاز به بازاندیشی در مورد معنای زندگی، منشأ آن و راه‌های بازیابی آن، به یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های علوم انسانی معاصر تبدیل شده است (میرزایی و دلیر، ۱۳۹۷: ۹۳-۱۱۲).

از سویی، روان‌شناسی وجودی در دهه‌های اخیر تلاش کرده است تا با تمرکز بر تجربه‌ی فردی، مسئولیت‌پذیری، اضطراب هستی‌گرایانه و مواجهه با مرگ، به تبیین این بحران و ارائه راهکارهایی برای معناجویی بپردازد (فرانکل، ۱۳۹۷؛ یالوم، ۱۳۹۵)؛ اما این رویکرد، با وجود کارآمدی نسبی، فاقد بُعد قدسی و وحیانی است و پاسخ‌های آن بیشتر در سطح روان‌شناختی باقی می‌ماند.

در این میان، قرآن کریم با تبیین غایت هستی انسان، طرح مفاهیمی همچون عبودیت، خلافت، لقاءالله و پیوند با مبدأ متعال، چشم‌اندازی ژرف‌تر و بنیادین‌تر برای معنای زندگی ارائه می‌دهد (طباطبایی، ۱۴۱۷ق؛ جوادی آملی، ۱۳۸۱). پژوهش حاضر، با اتخاذ رویکردی میان‌رشته‌ای میان الهیات اسلامی و روان‌شناسی وجودی، در پی تحلیل دوباره و عمیق‌تر این بحران است تا راهی برای بازسازی معنا در زندگی انسان معاصر بیابد.

۲. روش‌شناسی پژوهش

روش این پژوهش، کیفی و با رویکرد توصیفی - تحلیلی است که در چارچوب مطالعات میان‌رشته‌ای قرآن و روان‌شناسی انجام شده است. داده‌های تحقیق از منابع کتابخانه‌ای شامل قرآن کریم، تفاسیر معتبر مانند «المیزان» و «نمونه» و آثار روان‌شناسان وجودی همچون «فرانکل»، «یالوم» و «می» گردآوری شده‌اند. تحلیل آیات با روش تفسیر موضوعی و با تمرکز بر مفاهیم معنا ساز انجام شده و در تطبیق با مؤلفه‌های روان‌شناسی وجودی، نقاط تلاقی و تمایز آن‌ها بررسی شده است. هدف، تبیین بحران معنای زندگی و کشف ظرفیت‌های مشترک برای بازسازی معنا است.

۳. سؤالات پژوهش

بحران معنای زندگی در انسان مدرن از منظر قرآن کریم و روان‌شناسی وجودی چگونه قابل تحلیل و تبیین است؟

سؤالات فرعی

۱. چه مؤلفه‌هایی در قرآن کریم به عنوان سازه‌های معنابخش زندگی معرفی شده‌اند؟
۲. روان‌شناسی وجودی، بحران معنا را چگونه تعریف و تحلیل می‌کند؟
۳. چه نقاط تلاقی میان الهیات اسلامی و روان‌شناسی وجودی در بازسازی معنای زندگی وجود دارد؟

۴. پیشینه پژوهش

پژوهش درباره معنای زندگی و بحران معنا، از مهم‌ترین موضوعات مطالعات میان‌رشته‌ای در دهه‌های اخیر بوده است. این موضوع، هم در حوزه روان‌شناسی، فلسفه و جامعه‌شناسی، و هم در الهیات و علوم اسلامی مورد توجه بوده است. در حوزه روان‌شناسی وجودی، ویکتور فرانکل با نگارش اثر معروف انسان در جست‌وجوی معنا (فرانکل، ۱۳۹۷) یکی از مؤثرترین چهره‌ها در این عرصه است. او «خلأ وجودی» را نتیجه گسیختگی میان انسان و معنا معرفی می‌کند و معنا را نیاز بنیادین بشر می‌داند. اروین یالوم نیز در کتاب روان‌درمانی اگزیستانسیال (یالوم، ۱۳۹۵) چهار دغدغه وجودی را شامل مرگ، آزادی، تنهایی و بی‌معنایی دانسته و بر ضرورت مواجهه آگاهانه با این چالش‌ها تأکید کرده است.

در مطالعات اسلامی، تفسیر موضوعی قرآن کریم توسط علامه طباطبایی در تفسیر المیزان (۱۳۹۰ق) به مفاهیمی همچون هدف خلقت، عبودیت، فطرت و لقاء الله پرداخته و آن‌ها را عوامل اصلی در ساخت معنای زندگی معرفی می‌کند. همچنین علامه جوادی آملی در آثار متعددی از جمله مفاتیح‌الحیات (۱۳۸۱) و معاد در قرآن (۱۳۹۰)، نقش یاد خدا، معرفت نفس و سلوک توحیدی را در درمان بحران معنا تبیین کرده است.

در پژوهش‌های معاصر فارسی‌زبان نیز، رضا میرزایی و سمیه دلیر (۱۳۹۷) در مقاله‌ای با عنوان «بحران معنویت در جهان معاصر»، با استفاده از نظریه‌های جامعه‌شناسی و الهیات اسلامی، بحران معنا را در بستر تحولات مدرن بررسی کرده و بازگشت به وحی را راه‌حل این بحران می‌داند.

با این حال، آنچه در ادبیات موجود کمتر مورد توجه بوده، رویکردی میان‌رشته‌ای است که بتواند مفاهیم قرآنی را با زبان و دغدغه‌های روان‌شناسی وجودی پیوند دهد و مدلی تلفیقی برای تحلیل بحران معنا در انسان مدرن ارائه کند. این پژوهش دقیقاً با چنین هدفی طراحی شده است.

۵. نوآوری پژوهش

نوآوری اصلی این پژوهش، در اتخاذ رویکردی میان‌رشته‌ای میان الهیات قرآنی و روان‌شناسی وجودی برای تحلیل بحران معنای زندگی نهفته است؛ رویکردی که کمتر در آثار پیشین به صورت نظام‌مند دنبال شده است. در بسیاری از پژوهش‌های پیشین، یا تمرکز صرف بر مباحث روان‌شناختی بوده است که عمدتاً فاقد بنیان‌های وحیانی و غایت‌مدار هستند، یا از زاویه دید صرفاً الهیاتی به موضوع نگریسته شده است، بدون توجه به بُعد روان‌شناختی و تجربی رنج‌های وجودی انسان معاصر. این مقاله، با تلفیق آموزه‌های قرآنی مانند عبودیت، هدف‌مندی خلقت، فطرت و لقاء الله با مفاهیم کلیدی روان‌شناسی وجودی نظیر خلأ وجودی، آزادی، اضطراب و مرگ، چارچوبی نوین برای فهم بحران معنا ارائه می‌دهد.

از دیگر وجوه نوآوری این پژوهش، تبیین تفاوت و تعامل دو نوع معنا (معنای مخلوق نزد روان‌شناسان و معنای مکتوب در متن وحی نزد الهی‌دانان) است که در این مقاله به صورت تحلیلی بررسی شده‌اند. این تلفیق نظری، می‌تواند افق‌های جدیدی برای مطالعات میان‌رشته‌ای در زمینه معنای زندگی و انسان‌شناسی اسلامی بگشاید و در ارائه راهکارهای کاربردی و الهیاتی برای رهایی از بحران معنا مؤثر باشد.

۶. مباحث نظری

۶-۱. مؤلفه‌های معنابخش زندگی در قرآن کریم

قرآن کریم به عنوان منبع اصلی الهیات اسلامی، تصویری جامع و هدفمند از انسان، زندگی و معنا ارائه می‌دهد. برخلاف جهان‌بینی‌های پسااومانیستی یا نیهیلیستی رایج در سده بیستم، قرآن زندگی را دارای هدفی غایی، مسیری جهت‌دار و سازه‌هایی معنابخش می‌داند که در پرتو آن، انسان می‌تواند از سرگردانی، پوچی و خلأ نجات یابد. در ادامه به مهم‌ترین این مؤلفه‌ها پرداخته می‌شود:

۶-۱-۱. عبودیت و بندگی خداوند

بالاترین سازه معنابخش در قرآن، عبودیت است؛ مفهومی که بنیاد وجودی انسان را تشکیل می‌دهد. آیه ۵۶ سوره ذاریات می‌فرماید: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ»^۱.

علامه طباطبایی در تفسیر این آیه می‌نویسد: عبودیت، حقیقتی است وجودی، نه صرفاً رفتاری؛ یعنی هدف آفرینش، رساندن انسان به مقام عبودیت واقعی است که عین قرب الهی است (طباطبایی، ۱۳۹۰، ۱۸/۳۸۶). عبودیت در قرآن به معنای تسلیم شدن در برابر حقیقت مطلق و پذیرش آگاهانه نظام هستی است. این نوع بندگی،

۱. من جنّ و انس را نیافریدم جز برای این که عبادتم کنند [و از این راه تکامل یابند و به من نزدیک شوند]

زندگی را از سطح زیستی به سطح معنوی ارتقا داده و مسیر معنا را به سوی خداوند هموار می‌سازد (مطهری، ۱۳۷۷، ۲/۳۶).

۶-۱-۲. هدف‌مندی آفرینش

هدف‌داری هستی، از عناصر بنیادین در نظام معنایی قرآن است. در آیه ۱۱۵ سوره مؤمنون آمده است: «أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ»^۱.

این آیه با صراحت، فرضیه عبث‌گرایی را نفی کرده و بر بازگشت به خداوند تأکید می‌کند. تفسیر نمونه در توضیح این آیه می‌نویسد: اگر آفرینش انسان هدف نداشت، عقل و اختیار و مسئولیت‌پذیری او بی‌معنا بود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۱: ۱۴/۳۴۴). در جهان‌بینی قرآنی، زندگی نه زاده تصادف است و نه غریزه‌محور؛ بلکه دارای مقصدی متعالی است که معنا را از سرچشمه‌ای قدسی دریافت می‌کند (غفاری، ۱۳۸۸: ۱۰۳-۱۲۰).

۶-۱-۳. فطرت خداجوی انسان

در سوره روم آیه ۳۰ می‌خوانیم: «فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا»^۲.

فطرت در قرآن، نوعی گرایش درونی و ذاتی به حقیقت است که انسان را به سوی معنا و پرستش سوق می‌دهد. شهید مطهری این گرایش را «نوعی شناخت حضوری و بی‌واسطه از حق» می‌داند که در صورت مه‌آلود شدن با شهوت، غفلت یا تعلیم نادرست، دچار خفگی می‌شود (مطهری، ۱۳۷۷، ۳: ۴۶۵). قرآن با طرح این موضوع، ریشه معنا را نه در بیرون، بلکه درون انسان معرفی می‌کند و این امر با یافته‌های روان‌شناسی انسان‌گرا مانند مزلو و راجرز نیز همخوانی دارد (Maslow, 1954).

۶-۱-۴. معاد و لقاء الهی

از دیدگاه قرآن کریم، زندگی محدود به دنیا نیست. هدف نهایی، رسیدن به مقام لقاء الهی است: «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً»^۳. (فجر: ۲۷-۲۸)

در نظام معنادار قرآنی، مرگ پایان نیست؛ بلکه انتقال به مرحله‌ای است که نتیجه اعمال دنیوی در آن متجلی می‌شود. اعتقاد به معاد، انگیزه‌ای وجودی و معنوی برای تلاش، صبر، عدالت‌خواهی و عبودیت ایجاد می‌کند. این نگاه با مدل‌های معنا در روان‌شناسی مانند نظریه «جهت‌داری زندگی» در معنادرمانی فرانکل قابل مقایسه است؛ اما در قرآن، جهت زندگی متعالی و وحیانی است (فرانکل، ۱۳۹۷).

^۱. آیا گمان کردید شما را بیهوده آفریده‌ایم، و به سوی ما باز نمی‌گردید؟

^۲. این فطرتی است که خداوند، انسان‌ها را بر آن آفریده است.

^۳. ای روح آرام‌یافته! به سوی پروردگارت بازگرد در حالی که هم تو از او خشنودی و هم او از تو خشنود است.

۵-۱-۶. ذکر و یاد خدا

معنابخشی در قرآن کریم صرفاً یک نظریه شناختی یا فلسفی نیست؛ بلکه با تجربه زیسته و روانی گره خورده است. در آیه ۲۸ سوره رعد آمده است: «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»^۱.

ذکر، به معنای یاد خداوند در فکر، زبان و عمل، ابزاری روان‌شناختی و معنوی برای تقویت احساس معنا است. در روان‌شناسی دینی نیز تمرین‌های معنوی مانند نیایش و مراقبه در تقویت معنا اثربخش معرفی شده‌اند (Pargament, 1997). قرآن با تأکید بر ذکر، پیوندی عمیق میان معنا، آرامش و اتصال به امر قدسی برقرار می‌سازد (اسمعیلی ده‌خواجه و همکاران، ۱۴۰۲: ۸-۳۱).

سازه‌های معنابخش در قرآن، دارای ساختاری درون‌سازمانی، پیوسته و جهت‌دار هستند. برخلاف بسیاری از رویکردهای مدرن که معنا را حاصل قرارداد یا اراده فردی می‌دانند، قرآن معنا را امری هستی‌شناختی، فطری، هدفمند و فراتجربی تلقی می‌کند. در نتیجه، راهکار قرآن کریم برای بحران معنا، صرفاً اخلاقی یا شناختی نیست؛ بلکه وجودی و الهیاتی است و ناظر به بازسازی رابطه انسان با خداوند، خود، جهان و فرجام است.

۲-۶. تحلیل بحران معنا در روان‌شناسی وجودی

روان‌شناسی وجودی، که ریشه در فلسفه اگزیستانسیالیسم اروپایی دارد، یکی از جریان‌های مؤثر در تبیین بحران معنای زندگی در انسان مدرن است. برخلاف روان‌شناسی رفتاری یا شناختی که بر سازوکارهای سطحی ذهنی یا رفتاری تمرکز دارند، رویکرد وجودی در پی فهم عمیق هستی انسان، دغدغه‌های بنیادین و جست‌وجوی معنا در دل تجربه زیسته است (Yalom, 1980). در این جا با تأکید بر مفاهیم کلیدی همچون «پوچی»، «اضطراب وجودی»، «آزادی» و «مرگ آگاهی»، به تحلیل بحران معنا در روان‌شناسی وجودی می‌پردازیم:

۱-۲-۶. چیستی معنا و نیاز به آن

از منظر روان‌شناسان وجودی، «معنا» یکی از بنیادی‌ترین نیازهای روان‌شناختی و هستی‌شناختی انسان است. ویکتور فرانکل، بنیان‌گذار معنادرمانی (Logotherapy)، بر این باور است که انسان‌ها برای ادامه حیات روانی خود نیازمند «چرایی» زندگی هستند. او با تکیه بر تجربه شخصی‌اش در اردوگاه‌های مرگ نازی‌ها، در کتاب معروف *انسان در جست‌وجوی معنا* می‌نویسد: «کسی که چرایی زندگی را یافته باشد، با هر چگونگی‌ای خواهد ساخت» (Frankl, 1946: 113).

از نظر فرانکل، معنا امری فردی، اما عینی است و باید کشف شود نه خلق. نداشتن معنا باعث نوعی خلأ وجودی می‌شود که زمینه‌ساز بروز افسردگی، بی‌هدفی، اعتیاد و حتی خودکشی است.

۱. آگاه باشید! تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد.

۲-۲-۶. مفهوم پوچی و خلأ وجودی

یکی از مفاهیم محوری در روان‌شناسی وجودی، «خلأ وجودی» (existential vacuum) است. این مفهوم به حالتی اشاره دارد که فرد، معنا و هدفی برای زندگی‌اش نمی‌یابد و دچار بی‌حسی، روزمرگی و سرگردانی می‌شود. فرانکل این حالت را پیامد «خسوف معنا» در انسان مدرن می‌داند؛ زمانی که باورهای سنتی، دینی و اجتماعی فرومی‌ریزند و جایگزین معناداری پیدا نمی‌شود.

رولو می، از دیگر پیشگامان روان‌شناسی وجودی، در کتاب عشق و اراده می‌نویسد: «پوچی احساسی است که وقتی هیچ‌چیز ارزش تلاش را ندارد، بر ذهن چیره می‌شود» (May, 1969).

در نظریات جدید نیز، خلأ معنا به عنوان یکی از عوامل مهم افسردگی و بی‌هدفی شناخته شده است (Schnell, 2009: 483-499; Steger et al., 2006: 80-93).

۲-۳-۶. اضطراب وجودی و آگاهی از مرگ

اضطراب وجودی (existential anxiety) با اضطراب روان‌نژدانه (آشفته‌روان) متفاوت است. این اضطراب برخاسته از آگاهی انسان به محدودیت‌ها، تنهایی، آزادی، مسئولیت و فناپذیری است. اروین یالوم، در کتاب روان‌درمانی اگزیستانسیال، چهار «دغدغه نهایی» را معرفی می‌کند که مواجهه انسان با آن‌ها بحران معنا را برمی‌انگیزد:

۱. مرگ (Death)

۲. آزادی (Freedom)

۳. انزوا (Isolation)

۴. بی‌معنایی (Meaninglessness) (Yalom, 1980: 9-13)

آگاهی از مرگ، در عین تهدیدکننده بودن، می‌تواند محرکی برای یافتن معنا و زندگی اصیل باشد. همان‌گونه که هایدگر بیان می‌کند، زیستن با «بودن برای مرگ» است که انسان را اصیل می‌سازد (Heidegger, 1927).

۲-۴-۶. آزادی و مسئولیت در انتخاب معنا

یکی دیگر از مبانی روان‌شناسی وجودی، تأکید بر «آزادی و مسئولیت در انتخاب معنا» است. برخلاف روان‌کاوی که انسان را محصول نیروهای ناهشیار می‌داند، معنادرمانی و روان‌شناسی وجودی بر خودآگاهی، آزادی و اراده تأکید می‌ورزند.

فرانکل معتقد بود که حتی در شرایطی چون اردوگاه کار اجباری نیز انسان می‌تواند معنای زندگی را در رنج، ایثار یا ایمان بیابد. به اعتقاد او، مهم نیست چه چیزی از انسان گرفته شود؛ آنچه مهم است «پاسخ انسان» به

وضعیت‌ها است. این اصل بنیادین، مبنای «مسئولیت وجودی» را شکل می‌دهد (Frankl, 1969).

۵-۲-۶. معنا و سلامت روان

تحقیقات روان‌شناسی اخیر نشان داده‌اند که درک معنا در زندگی با سلامت روانی بالا، تاب‌آوری بیشتر، رضایت از زندگی و کاهش نشانه‌های افسردگی و اضطراب مرتبط است (Steger et al., 2006: 80-93; Park, 2010: 257-301).

در مطالعات تجربی، متغیرهایی مانند امید، دینداری، هدف‌مندی و تجربه‌های معنوی، نقش مهمی در محافظت روانی و معنابخشی ایفا می‌کنند؛ برای نمونه، تاتجانا شنل در یک مطالعه میدانی نشان داد که افراد دارای سطح بالای معنا، از نظر هیجانی با ثبات‌تر و رضایت‌مندتر از دیگران هستند (Schnell, 2009: 483-499)؛ بویژه در بحران‌های جهانی مثل همه‌گیری کرونا یا جنگ‌ها، نیاز به معنا به‌عنوان متغیر حفاظتی پررنگ‌تر می‌شود (Trzebinski et al., 2020: 544-557).

از دیدگاه روان‌شناسی وجودی، بحران معنا پدیده‌ای ساختاری در تجربه انسان مدرن است که حاصل فاصله گرفتن از ارزش‌های بنیادین، تخریب نظام‌های هنجاری و مواجهه فرد با آزادی مطلق بدون چارچوب است. معنای زندگی، برخلاف نگاه فلسفه‌های ذهن‌گرا یا پوزیتیویستی، نه امری انتزاعی بلکه ضرورتی روانی و وجودی است. روان‌شناسی وجودی، گرچه الهیاتی نیست، اما فضای مناسبی برای گفت‌وگو با الهیات قرآنی فراهم می‌سازد، زیرا دغدغه مشترک هر دو، بازیابی اصالت انسانی و نجات از نیهیلیسم است.

۳-۶. نقاط تلاقی میان الهیات قرآنی و روان‌شناسی وجودی در بازسازی معنای زندگی

بازسازی معنای زندگی در انسان مدرن، نیازمند گفت‌وگویی میان‌رشته‌ای میان منابع دینی و علوم انسانی است. الهیات قرآنی، که بر پایه وحی و فطرت استوار است، و روان‌شناسی وجودی، که بر تجربه زیسته و اضطراب وجودی تأکید دارد، هر دو دغدغه‌ای مشترک دارند: بازیابی اصالت، هدف و معنا در حیات انسانی. با وجود تفاوت‌های مبنایی، این دو رویکرد در برخی مؤلفه‌های کلیدی تلاقی می‌کنند و می‌توانند یک‌دیگر را غنی سازند.

۱-۳-۶. مفهوم فطرت و میل به معنا

از منظر قرآن کریم، انسان موجودی است که با فطرت الهی آفریده شده است: «فَطَرَتِ اللَّهُ اللَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا»^۱ (روم: ۳۰).

این فطرت، گرایش درونی به توحید، معنا، عدالت و کمال است. روان‌شناسی وجودی نیز، به‌ویژه در آثار فرانکل، به وجود نوعی «اراده معناداری» (will to meaning) در نهاد بشر اذعان دارد (Frankl, 1946).

^۱. فطرت الهی، فطرتی است که خداوند، انسان‌ها را بر آن آفریده است.

در نگاه فرانکل، این میل یک نیاز سطحی نیست؛ بلکه جزء ساختار روانی انسان است. همین نزدیکی مفهومی میان «فطرت» در الهیات قرآنی و «اراده معنا» در روان‌شناسی وجودی، بستر اولیه‌ای برای هم‌افزایی فراهم می‌سازد.

۶-۳-۲. معنا در پرتو رنج و تجربه بحران

یکی از نقاط مشترک میان قرآن و روان‌شناسی وجودی، تأکید بر امکان یافتن معنا در دل رنج و بحران است. فرانکل که خود شاهد برخی مصیبت‌های بشری بوده، معتقد است رنج، در صورتی که معنا داشته باشد، قابل تحمل می‌گردد (Frankl, 1988).

قرآن نیز نگاه تقدسی به رنج دارد و آن را ابزاری برای تعالی روح و آزمون ایمان معرفی می‌کند: «وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَ نَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَ الْأَنْفُسِ وَ الثَّمَرَاتِ وَ بَشِيرٍ الصَّابِرِينَ»^۱ (بقره: ۱۵۵). در داستان انبیای الهی، انسان با رنج، فقر، بی‌عدالتی و تنهایی مواجه می‌شود، اما همین مسیر، راهی برای دستیابی به معنا و تقرب به خداوند می‌گردد (طباطبایی، ۱۳۹۰: ۱/۳۵۳).

همان‌طور که یالوم می‌گوید: «رنج ممکن است ابزاری برای رشد شخصی باشد، به شرط آن‌که به صورت معنادار تفسیر شود (Yalom, 1980: 204).

۶-۳-۳. مسئولیت وجودی در برابر معنا

در روان‌شناسی وجودی، مسئولیت فرد در ساخت معنای زندگی جایگاهی مرکزی دارد. فرانکل تأکید می‌کند که انسان نه تنها آزاد است، بلکه در برابر این آزادی مسئول نیز هست (Frankl, 1946). این مسئولیت‌پذیری، در قرآن نیز نمود دارد؛ جایی که انسان «خلیفه‌الله» خوانده می‌شود و مسئول انتخاب‌های خود معرفی می‌گردد: «إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَ الْأَرْضِ وَ الْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَ أَشْفَقْنَ مِنْهَا وَ حَمَلَهَا الْإِنْسَانُ»^۲ (احزاب: ۷۲).

این‌جا مسئولیت اخلاقی انسان برای معنا دادن به زندگی از طریق ایمان، عمل صالح و تصمیم‌گیری آگاهانه به رسمیت شناخته می‌شود. هر دو رویکرد، انسان را فاعل معنا ساز می‌دانند، نه صرفاً مفعول نیروهای بیرونی یا تقدیر کور.

۶-۳-۴. تنهایی وجودی و مفهوم قرب الهی

روان‌شناسی وجودی بر «تنهایی هستی‌شناختی» تأکید دارد؛ نوعی احساس انزوا که ریشه در ناتوانی انسان در پیوند کامل با دیگری دارد (May, 1981)؛ اما در قرآن، این خلأ نه با دیگری، بلکه با خداوند پر می‌شود. در الهیات

^۱. قطعاً همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی و کاهش در مال‌ها، جان‌ها و میوه‌ها آزمایش می‌کنیم؛ و بشارت بده به استقامت‌کنندگان!

^۲. ما امانت (تعهد، تکلیف و ولایت الهیه) را بر آسمان‌ها و زمین و کوه‌ها عرضه داشتیم، آن‌ها از حمل آن سر برداشتند، و از آن هراسیدند؛ اما انسان آن را بر دوش کشید!

قرآنی، قرب الهی، بالاترین معنا و هدف زندگی است: «وَ أَنْ إِلَى رَبِّكَ الْمُنْتَهَى»^۱ (نجم: ۴۲).

در واقع، آنچه روان‌شناسی وجودی به عنوان خلأ وجودی معرفی می‌کند، در قرآن به مثابه فقدان اتصال معنوی با خالق تحلیل می‌شود. در این زمینه، می‌توان گفت روان‌شناسی وجودی بُعد توحیدی معنا را مغفول می‌گذارد؛ اما در پیش‌فرض‌هایش آمادگی گفت‌وگو با دین را دارد (Wong, 2010: 85-93).

۵-۳-۶. مرگ آگاهی، جاودانگی و معنا

مرگ یکی از کلیدی‌ترین منابع اضطراب وجودی در روان‌شناسی اگزیستانسیال است. یالوم می‌نویسد: «مرگ، اضطرابی بنیادین در روان بشر پدید می‌آورد؛ اما همین آگاهی می‌تواند به منبع معنا تبدیل شود» (Yalom, 1980: 29).

قرآن کریم نیز تأکید می‌کند که مرگ نه پایان، بلکه مرحله‌ای در مسیر تکامل معنوی انسان است: «كُلُّ نَفْسٍ دَائِقَةُ الْمَوْتِ وَ إِنَّمَا تُوَفَّقُونَ أُجُورَكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ»^۲ (آل عمران: ۱۸۵).

ایمان به آخرت در الهیات قرآنی، معناسازی را در افقی گسترده‌تر از زندگی دنیوی قرار می‌دهد؛ در حالی که روان‌شناسی وجودی، معمولاً افقی محدود به حیات دنیوی دارد. این تفاوت، هرچند مهم است، اما مانع هم‌افزایی نیست؛ بلکه نشان‌دهنده ظرفیت دین برای تکمیل روان‌شناسی است.

۶-۳-۶. عمل صالح و معنا

در قرآن، عمل صالح نه تنها یک وظیفه دینی، بلکه راهی برای تحقق معنا است: «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَى وَ هُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً»^۳ (نحل: ۹۷).

این آیه به روشنی رابطه‌ای میان معنابخشی، اخلاق و زیست معنادار برقرار می‌کند. در روان‌شناسی معنا نیز عمل آگاهانه و ارزش‌مدار به عنوان منبع معنا معرفی شده است (Schnell, 2009: 483-499)؛ بنابراین، عمل اخلاقی و خدمت به دیگران، وجه اشتراک هر دو رویکرد است.

با وجود تفاوت در مبانی معرفتی، الهیات اسلامی و روان‌شناسی وجودی، هر دو به دغدغه مشترک «معنا» می‌پردازند. قرآن کریم با اتکاء بر وحی و فطرت، معنای زندگی را در ارتباط با خدا، مسئولیت اخلاقی و جاودانگی معرفی می‌کند. روان‌شناسی وجودی نیز با تکیه بر تجربه انسان، مسئولیت فرد در معناسازی را برجسته می‌سازد. تلاقی این دو رویکرد می‌تواند الگویی تلفیقی برای مواجهه با بحران معنا در انسان مدرن فراهم آورد؛ الگویی که از یک سو عمق معنوی دارد و از سوی دیگر به تجربه زیسته فردی احترام می‌گذارد.

^۱. [آیا از کتب پیشین انبیا به او نرسیده است] که همه امور به پروردگارت منتهی می‌گردد؟!

^۲. هر کسی مرگ را می‌چشد؛ و شما پاداش خود را به‌طور کامل در روز قیامت خواهید گرفت.

^۳. هر کس کار شایسته‌ای انجام دهد، خواه مرد باشد یا زن، در حالی که مؤمن است، او را به حیاتی پاک زنده می‌داریم.

۷. تحلیل و بررسی

۷-۱. بحران معنا در روان‌شناسی وجودی: ریشه‌ها و مؤلفه‌ها

روان‌شناسی وجودی، که بر اساس سنت فلسفی اگزیستانسیالیسم بنیان نهاده شده، بحران معنا را یکی از اصلی‌ترین چالش‌های روانی انسان معاصر می‌داند. این رویکرد با آثار بنیان‌گذاران برجسته‌ای همچون ویکتور فرانکل، اروین یالوم، و رولو می، از میانه قرن بیستم شکل گرفت و به‌جای تمرکز صرف بر بیماری‌های روانی، بر دغدغه‌های عمیق وجودی انسان مانند مرگ، آزادی، تنهایی و پوچی تأکید دارد (Yalom, 1980).

فرانکل بر این باور است که معناجویی نیروی محرک اصلی زندگی انسان است. به اعتقاد او، «خلأ وجودی» زمانی شکل می‌گیرد که فرد در پاسخ به پرسش‌های بنیادین هستی، نظیر «برای چه زندگی می‌کنم؟» یا «هدف من چیست؟» دچار سردرگمی شود. او معتقد بود که معنای زندگی برای هر شخص منحصر به فرد است و از طریق تعهد، مسئولیت‌پذیری و ارتباط با چیزی فراتر از خود (Transcendence) یافت می‌شود. فرانکل در اتوگرافی درمانی‌اش نشان داد که اسیران اردوگاه‌های مرگ نازی، تنها زمانی توان بقا داشتند که برای زندگی خود معنایی می‌یافتند (Frankl, 1946).

یالوم نیز بر این نکته تأکید می‌کند که انسان مدرن، در مواجهه با ناگزیر بودن مرگ و پایان یافتن زمان زیست، به بحران معنا دچار می‌شود و اگر نتواند با این واقعیت به‌صورت سازنده مواجه شود، در معرض اضطراب هستی‌گرایانه، افسردگی و نوعی بی‌انگیزگی عمیق قرار می‌گیرد (Yalom, 1980).

روان‌شناسی وجودی اگرچه در تحلیل ساحت‌های درونی انسان موفق عمل کرده، اما به دلیل فقدان نگرش قدسی، در تأمین معنای پایدار برای انسان، ناتوان است. معنا در این دستگاه فکری، امری نسبی، فردی و سیال تلقی می‌شود؛ حال آن‌که بشر در جست‌وجوی معنایی استوار، غایی و متعالی است که تنها از مجرای الهیات ممکن می‌گردد.

۷-۲. تحلیل قرآنی بحران معنا: انسان معناگرا و هدفمند

قرآن کریم با تبیین هستی انسان در قالب هدفمندی، کرامت، فطرت و عبودیت، انسان را موجودی معناجو و معناپذیر معرفی می‌کند. از منظر قرآن، خلقت انسان تصادفی و بی‌هدف نیست؛ بلکه بر مبنای حکمت الهی و برای تحقق عبودیت شکل گرفته است: «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ»^۱ (ذاریات: ۵۶)

عبودیت در این جا صرفاً به معنای انجام اعمال ظاهری نیست؛ بلکه ناظر به جهت‌گیری وجودی انسان در مسیر بندگی آگاهانه و هدفمند است. از منظر علامه طباطبایی، «عبادت» در قرآن، به معنای حرکت وجودی انسان در

^۱ من جنّ و انس را نیافریدم جز برای این که عبادتم کنند [و از این راه تکامل یابند و به من نزدیک شوند].

مسیر کمال و قرب الهی است، نه یک رفتار سطحی و تکراری (طباطبایی، ۱۳۹۰: ۱۸/ ۳۸۶-۳۸۷).

یکی دیگر از مؤلفه‌های معنابخش در قرآن، فطرت خداجوی انسان است. در آیه ۳۰ سوره روم آمده است: «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا»^۱.

این آیه نشان می‌دهد که گرایش به معنا، تعالی و پرستش، در ساختار ذاتی انسان نهاده شده و بحران معنا، در واقع بحران فاصله گرفتن از فطرت الهی انسان است. در نگاه قرآن، انسان در مسیر زندگی خود، همواره در حال «کدح» و تلاش برای بازگشت به مبدأ است: «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ»^۲ (انشقاق: ۶). این «لقاءالله» اوج معنا و مقصد نهایی حیات انسانی است.

از نظر قرآن، اگر انسان از این افق معنایی غافل شود، دچار گم‌گشتگی، حیرت و پوچی می‌گردد: «وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا»^۳ (طه: ۱۲۴).

علامه جوادی آملی نیز در تفسیر این آیه، معنای زندگی را در پیوند مستمر با «ذکر الهی» معرفی کرده و یاد خدا را عنصر حیاتی در ساخت هستی روانی و اخلاقی انسان می‌داند (جوادی آملی، ۱۳۸۱: ۱۲۷).

۳-۷. نقاط تلاقی و تفاوت میان قرآن و روان‌شناسی وجودی

اگرچه قرآن و روان‌شناسی وجودی از دو خاستگاه معرفتی متفاوت نشأت می‌گیرند، اما در برخی مبانی تحلیلی درباره بحران معنا اشتراک دارند:

أ. هر دو بر ضرورت معناجویی به مثابه نیاز بنیادین انسان تأکید دارند. آزادی و مسئولیت به عنوان شروط معنابخشی، در هر دو دستگاه فکری برجسته هستند؛ قرآن نیز تأکید می‌کند که انسان مسئول انتخاب و پاسخگویی مسیر خود است: «إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا»^۴ (انسان: ۳).

ب. هر دو بر پذیرش مرگ و تأمل در آن برای بازیابی معنا تأکید دارند. در قرآن کریم آمده: «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ»^۵ (آل عمران: ۱۸۵)؛ در روان‌شناسی وجودی نیز مرگ، لحظه‌ای آگاهی انسان به محدودیت خود و ضرورت معنادار زیستن است (Yalom, 1980).

با این حال، تفاوت‌های بنیادینی نیز میان این دو دیدگاه وجود دارد:

أ. در قرآن، معنا از بیرون انسان و از جانب خداوند نازل شده است؛ در حالی که در روان‌شناسی وجودی، معنا

۱. پس روی خود را متوجه آیین خالص پروردگار کن! این فطرتی است که خداوند، انسان‌ها را بر آن آفریده است.

۲. ای انسان! تو با تلاش و رنج به سوی پروردگارت می‌روی و او را ملاقات خواهی کرد!

۳. هر کس از یاد من روی گردان شود، زندگی سختی خواهد داشت.

۴. ما راه را به او نشان دادیم، خواه شاکر باشد [و پذیرا گردد] یا ناسپاس!

۵. هر کسی مرگ را می‌چشد.

محصول خلق فردی است.

ب. روان‌شناسی وجودی، فاقد غایت‌مندی هستی‌شناختی و متافیزیکی است؛ درحالی‌که قرآن، زندگی انسان را دارای آغاز، مسیر و مقصدی مشخص در نظام خلقت می‌داند.

۸. جمع‌بندی تحلیلی

تحلیل نهایی نشان می‌دهد که بحران معنا در انسان مدرن، نه صرفاً یک مسأله روان‌شناختی، بلکه معلول قطع ارتباط با ساحت قدسی و حذف خداوند از ساخت هستی‌شناختی زندگی بشر است. روان‌شناسی وجودی با همه دقت‌های روان‌شناختی‌اش، به دلیل محدود ماندن در ساحت درونی و ذهنی، از تأمین معنای پایدار ناتوان است. در مقابل، قرآن کریم با ارائه نگاهی الهیاتی، هدف‌مند و فطری به انسان و هستی، می‌تواند افقی روشن برای معناجویی حقیقی فراهم آورد.

ترکیب دو رویکرد - تحلیل‌های روان‌شناسی وجودی و آموزه‌های وحیانی قرآن کریم - می‌تواند مدلی نوین و کاربردی برای بازسازی معنا در انسان معاصر ارائه کند؛ مدلی که هم‌زمان به تجربه زیسته، نیازهای درونی و غایت هستی انسان توجه دارد.



نمودار تطبیقی مفهومی: معنای زندگی در قرآن کریم و روان‌شناسی وجودی

جدول مقایسه‌ای: رویکرد قرآن کریم و روان‌شناسی وجودی درباره بحران معنا

محور مقایسه	رویکرد الهیات قرآنی	رویکرد روان‌شناسی وجودی
ماهیت معنا	امری مطلق، فطری، هدایت‌شده از سوی خداوند	امری نسبی، شخصی، خلق‌شده در تجربه زیسته

منشأ معنا	خداوند، از طریق وحی، فطرت و عبودیت	درون انسان، برآمده از آزادی و مسئولیت فردی
هدف زندگی	لقاء الله و کمال وجودی در مسیر عبودیت	تعیین شده توسط خود فرد، انعطاف پذیر و متغیر
منشأ بحران معنا	غفلت از ذکر الهی، انکار مبدأ و معاد، طغیان در برابر فطرت	تنهایی وجودی، اضطراب مرگ، خلأ ارزشی در جامعه مدرن
پیشنهاد درمانی	بازگشت به فطرت، ارتباط با خدا، نماز، قرآن، توبه	پذیرش مرگ، خلق معنا، مواجهه اصیل با هستی
نگاه به مرگ	پلی به سوی لقاء الهی و مرحله‌ای از تکامل	عامل اضطراب اما محرک معنا
ساحت معنوی و قدسی	معنا در پیوند با ساحت قدسی، الهی، و حیانی	فاقد ساختار قدسی، معنا بر مبنای تجربه شخصی
پایداری معنا	پایدار، متعالی، قابل اتکا در همه شرایط زندگی	ناپایدار، نسبی، وابسته به شرایط فرد و جامعه

۹ یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بحران معنای زندگی در انسان مدرن، ریشه‌ای فراتر از تجربه‌های صرفاً روان‌شناختی دارد و با تحول در بنیان‌های هستی‌شناختی و انسان‌شناختی جهان مدرن ارتباطی وثیق دارد. در این بحران، انسان با قطع پیوندهای معنوی و گسست از مفاهیم متعالی، در برابر مسائلی نظیر مرگ، پوچی، بی‌هدفی و از خودبیگانگی، بی‌پاسخ مانده است. یکی از مؤلفه‌های اساسی که در تحلیل این بحران برجسته می‌شود، حذف نقش خداوند به عنوان منشأ معنا و جهت‌بخش حیات انسانی در تلقی مدرن از انسان است.

از منظر قرآن کریم، زندگی انسان معنا و هدفی روشن دارد که در مسیر عبودیت، رشد فطری و نیل به قرب الهی تعریف می‌شود. مفاهیمی همچون «وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ» (ذاریات: ۵۶)، «فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا» (روم: ۳۰) و «إِنَّ إِلَيْنَا إِيَابَهُمْ» (غاشیه: ۲۵)، آشکارا بر هدف‌مندی حیات و بازگشت انسان به سوی خداوند دلالت دارند.

همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که روان‌شناسی وجودی، با آن که فاقد نگرش و حیانی است، به نوبه خود در کشف برخی ابعاد روان‌شناختی بحران معنا مؤثر بوده است. مفاهیمی چون «خلأ وجودی»، «اضطراب هستی‌گرایانه» و «آزادی مسئولانه» گره‌خورده با تجربه‌ی زیسته انسان مدرن هستند؛ اما در غیاب تفسیر الهیاتی از هستی، از قدرت کافی برای معنابخشی پایدار برخوردار نیستند. ترکیب این دو رویکرد، افق جدیدی برای تحلیل جامع‌تر بحران معنا فراهم می‌سازد؛ تحلیلی که هم‌زمان به ساحت درونی انسان و غایت متعالی او نظر دارد.

۱۰. نتیجه‌گیری

نتایج این مقاله نشان می‌دهد که بحران معنای زندگی در انسان معاصر، صرفاً مسأله‌ای روانی یا جامعه‌شناختی

نیست؛ بلکه ریشه‌ای عمیق در گسست از بعد الهی وجود انسان دارد. انسان مدرن با طرد معنویت، نفی خداوند از زندگی روزمره و گرفتار شدن در زندگی سطحی و مادی‌گرایانه، از حقیقت وجودی خود فاصله گرفته است. روان‌شناسی وجودی با تأکید بر خلأ معنوی، بحران هویت و اضطراب‌های وجودی، بخشی از این معضل را به درستی تبیین می‌کند؛ اما به دلیل فقدان بنیان‌های قدسی و الهیاتی، از ارائه راه‌حل‌های بنیادین ناتوان است. در مقابل، قرآن کریم با ترسیم چشم‌اندازی هدفمند برای هستی انسان، و ارائه راهکارهایی مانند عبودیت، یاد خدا و مسیر بازگشت به سوی پروردگار، معنا را در ژرف‌ترین ساحت آن تعریف می‌کند. ترکیب این دو رویکرد، یعنی روان‌شناسی وجودی و الهیات قرآنی، می‌تواند منجر به فهمی جامع‌تر و درمانی پایدارتر در برابر بحران معنا گردد. بنابراین، احیای رابطه با خداوند و بازاندیشی در هدف زندگی، راهکار الهیات قرآنی برای خروج از بحران معنا در عصر حاضر است.

۱۱. پیشنهادات پژوهش

- با توجه به نتایج به‌دست آمده از این پژوهش، پیشنهادهای زیر جهت گسترش دانش موجود در حوزه معناشناسی حیات انسان در پرتو آموزه‌های قرآنی و روان‌شناسی وجودی، ارائه می‌شود:
- ا. طراحی الگوی تلفیقی معنابخشی مبتنی بر قرآن و روان‌شناسی وجودی: پیشنهاد می‌شود الگوی عملیاتی‌سازی مفاهیم قرآنی همچون عبودیت، فطرت، لقاءالله و مسئولیت، در چارچوب نظریات روان‌شناسی وجودی توسعه یافته و به‌صورت مدون و قابل اجرا در حوزه‌های مشاوره، آموزش و تربیت اسلامی ارائه گردد.
 - ب. پژوهش‌های تجربی در زمینه اثرگذاری آموزه‌های معنوی قرآن بر کاهش خلأ وجودی: انجام مطالعات میدانی و کمی با رویکردهای روان‌سنجی و کیفی در میان گروه‌های مختلف (نوجوانان، دانشجویان، بیماران و زندانیان) می‌تواند به ارزیابی تأثیر مداخلات معنابخش مبتنی بر قرآن کریم در کاهش اضطراب، افسردگی و بحران معنا کمک کند.
 - ج. مطالعه تطبیقی معنا در ادیان ابراهیمی با تمرکز بر قرآن کریم: پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های میان‌فرهنگی و تطبیقی میان قرآن، عهد جدید و عهد قدیم در موضوع معنا، خلأ، نجات، و غایت انسان انجام شود تا اشتراکات و تفاوت‌های مفهومی و تربیتی آشکار گردد.
 - د. بازخوانی مفاهیم بنیادین انسان‌شناسی قرآنی با تکیه بر نیازهای روان‌شناختی انسان مدرن: مفاهیمی مانند نفس، قلب، عقل و فطرت در قرآن، نیازمند بازخوانی و تطبیق با چارچوب‌های نوین روان‌شناسی و علوم شناختی هستند تا گفت‌وگویی سازنده میان معارف اسلامی و علم مدرن شکل گیرد.

هـ توسعه متون درسی دانشگاهی با محتوای تلفیقی قرآن و روان‌شناسی وجودی: با توجه به نیاز نسل جوان به معنا و هویت، تدوین سرفصل‌هایی برای دروس معارف اسلامی و میان‌رشته‌ای با محوریت «معنای زندگی در قرآن و روان‌شناسی» می‌تواند بستری مؤثر برای انتقال مفاهیم بنیادین فراهم آورد.

منابع

۱. قرآن کریم.
۲. اسمعیلی ده‌خواجه، معصومه؛ فلاح، محمدحسین؛ وزیری، سعید؛ عاصی مذنب، ابوالقاسم. (۱۴۰۲). «ارائه الگوی ذکر درمانی مبتنی بر آیات قرآن کریم و روایات به منظور ترویج فرهنگ عبادت و پیشگیری از اضطراب». قرآن، فرهنگ و تمدن، ش ۳، ص ۸-۳۱. [Doi: 10.22034/jksl.2023.398511.1209](https://doi.org/10.22034/jksl.2023.398511.1209)
۳. جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۸۱). مفاتیح الحیات. قم، اسراء.
۴. جوادی آملی، عبدالله. (۱۳۹۰). معاد در قرآن. قم، اسراء.
۵. طباطبایی، سید محمدحسین. (۱۳۹۰). المیزان فی تفسیر القرآن. بیروت: مؤسسه‌الاعلمی للمطبوعات.
۶. غفاری، مهدی. (۱۳۸۸). «جهان‌بینی قرآن کریم». پژوهشنامه علوم و معارف قرآن کریم، ش ۵، ص ۱۰۳-۱۲۰.
۷. فرانکل، ویکتور. (۱۳۹۷). انسان در جست‌وجوی معنا. ترجمه نهضت صالحیان. تهران، درسا.
۸. مطهری، مرتضی. (۱۳۷۷). مجموعه آثار، تهران، صدرا.
۹. مکارم شیرازی، ناصر و همکاران. (۱۳۷۱). تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الاسلامیه.
۱۰. میرزایی، رضا؛ دلیر، سمیه. (۱۳۹۷). «بحران معنویت در جهان معاصر»، مطالعات معرفتی در دانشگاه اسلامی، ش ۱، ص ۹۳-۱۱۲.
۱۱. یالوم، اروین. (۱۳۹۵). روان‌درمانی اگزیستانسیال. ترجمه یاسمن اسماعیل‌پور. تهران، دانژه.
12. Bauman, Zygmunt. (2000). Liquid Modernity. Polity Press.
13. Frankl, Viktor. (1969). The Will to Meaning. Meridian Books.
14. Frankl, Viktor. (1946). Man's Search for Meaning. Beacon Press.
15. Heidegger, M. (1927). Sein und Zeit (Being and Time). Niemeyer Verlag.
16. Maslow, A. H. (1954). Motivation and Personality. Harper & Row.
17. May, R. (1969). Love and Will. W. W. Norton & Company.
18. May, R. (1981). Freedom and Destiny. W. W. Norton.
19. Pargament, Kenneth. (1997). The Psychology of Religion and Coping. Guilford Press.
20. Park, C. L. (2010). Making Sense of the Meaning Literature: An Integrative Review of

- Meaning Making and Its Effects on Adjustment to Stressful Life Events. *Psychological Bulletin*, 136(2), 257-301. <https://doi.org/10.1037/a0018301>
21. Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to Demographic and Well-being Variables. *Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483-499. <https://doi.org/10.1080/17439760903271074>
 22. Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
 23. Taylor, Charles. (2007). *A Secular Age*. Harvard University Press.
 24. Trzebinski, J., Cabański, M., & Czarnecka, J. Z. (2020). Reaction to the COVID-19 Pandemic: The Influence of Meaning in Life, Life Satisfaction, and Assumptions on World Orderliness and Positivity. *Journal of Loss and Trauma*, 25(6-7), 544-557. <https://doi.org/10.4324/9781032647876-5>
 25. Wong, P. T. P. (2010). Meaning Therapy: An Integrative and Positive Existential Psychotherapy. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 40, 85-93. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9132-6>
 26. Yalom, I. D. (1980). *Existential Psychotherapy*. Basic Books.

