



دانشگاه آزاد اسلامی
واحد خمینی شهر
دانشکده علوم انسانی

پایان نامه برای دریافت کارشناسی ارشد در رشته ی مشاوره
گرایش راهنمایی و مشاوره

عنوان:

شناخت نظریه قرآنی معناداری زندگی، تعریف و اصول آن در پنج
سوره عصر، مسد، انشراح، فلق و ناس

استاد راهنما:

احمد اکوچکیان

استاد مشاور:

محمد مسعود دیاریان

نگارش:

نجمه فرزانه خو

تابستان ۱۳۹۵

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه آزاد اسلامی
واحد خمینی شهر
دانشکده علوم انسانی

پایان نامه برای دریافت کارشناسی ارشد در رشته ی مشاوره
گرایش راهنمایی و مشاوره

عنوان:

شناخت نظریه قرآنی معناداری زندگی، تعریف و اصول آن در پنج

سوره عصر، مسد، انشراح، فلق و ناس

نگارش:

نجمه فرزانه خو

تابستان ۱۳۹۵

در تاریخ / ۱۳۹۵ کمیته تخصصی زیر مورد بررسی و تصویب نهایی قرار گرفت.

دکتر احمد اکوچکیان

۱- استاد راهنما

دکتر محمد مسعود دیاریان

۲- استاد مشاور

دکتر سید اسماعیل موسوی

۳- استاد داور

دکتر فهیمه نامدارپور

مدیر تحصیلات تکمیلی گروه مشاوره



مشور اخلاق پژوهش

بیاری از خداوند سبحان و اعتماد بر این که عالم محضر خداست و بهاره ناظر بر افعال انسان و به منظور پاس داشتن مقام بلند دانش و پژوهش و نظر به اهمیت جایگاه دانشگاه در اعتلای فرهنگ و تمدن بشری، مادیان و اعضای هیأت علمی واحد های دانشگاه آزاد اسلامی متعهد می گردیم اصول زیر را در انجام فعالیت های پژوهشی مد نظر قرار داده و از آن تخطی نکنیم:

اصل تحقیق جوی: تلاش در راستای پی جویی حقیقت و وفاداری به آن و دوری از هرگونه پنهان کاری حقیقت.

اصل رعایت حقوق: التزام به رعایت کامل حقوق پژوهشگران و پژوهندگان (انسان، حیوان و نبات) و سایر صاحبان حق.

اصل مالکیت مادی و معنوی: تعهد به رعایت کامل حقوق مادی و معنوی دانشگاه و کلیه بکاران پژوهش.

اصل منافع ملی: تعهد به رعایت مصالح ملی با د نظر داشتن پیشبرد و توسعه کشور در کلیه مراحل پژوهش.

اصل رعایت انصاف و امانت: تعهد به اجتناب از هرگونه جانب داری غیر علمی و حفاظت اموال، تجهیزات و منابع در اختیار.

اصل رازداری: تعهد به صیانت از اسرار و اطلاعات محرمانه افراد سازمان ها و کشور و کلیه افراد و نهاد های مرتبط با تحقیق.

اصل احترام: تعهد به رعایت حریم ها و حرمت ها در انجام تحقیقات و رعایت جانب تعد و خودداری از هرگونه حرمت شکنی.

اصل ترویج: تعهد به رواج دانش و اشاعه نتایج تحقیقات و انتقال آن به بکاران علمی و دانشجویان و منتقدین مکر در مواردی که منع قانونی دارد.

اصل برائت: التزام به برائت جوی از هرگونه رفتار غیر حرفه ای و اعلام موضع نسبت به کسانی که خود و علم و پژوهش را به سائبه های غیر علمی

می آکنند.

«تهدنامه اصالت رساله يا پايان نامه»

اينجانب **نجمه فرزانه خو** دانش‌آموخته مقطع کارشناسی ارشد ناپيوسته/ دکترای حرفه‌ای/ دکترای تخصصی در رشته مشاوره و راهنمایی که در تاريخ // / ۱۳۹۵ از پايان‌نامه/ رساله خود تحت عنوان «**شناخت نظريه قرآنی معناداری زندگی، تعريف و اصول آن در پنج سوره عصر، مسد، انشراح، فلق و ناس**»

...با کسب نمره..... و درجه..... دفاع نموده‌ام، بدین وسیله متعهد می‌شوم:

- ۱- این پايان‌نامه/ رساله حاصل تحقيق و پژوهش انجام شده توسط اينجانب بوده و در مواردی که از دستاوردهای علمی و پژوهشی ديگران (اعم از پايان‌نامه، کتاب، مقاله و...) استفاده نموده‌ام، مطابق ضوابط و رویه موجود، نام منبع مورد استفاده و سایر مشخصات آن را در فهرست مربوطه ذکر و درج کرده‌ام.
- ۲- این پايان‌نامه/ رساله قبلاً برای دریافت هیچ مدرک تحصیلی (هم سطح، پایین تر يا بالاتر) در سایر دانشگاه‌ها و مؤسسات آموزش عالی ارائه نشده است.
- ۳- چنانچه بعد از فراغت از تحصیل، قصد استفاده و هرگونه بهره‌برداری اعم از چاپ کتاب، ثبت اختراع و... از این پايان‌نامه داشته باشم، از حوزه معاونت پژوهشی واحد مجوزهای مربوطه را اخذ نمایم.
- ۴- چنانچه در هر مقطعی زمانی خلاف موارد فوق ثابت شود، عواقب ناشی از آن را می‌پذیرم و واحد دانشگاهی مجاز است با اينجانب مطابق ضوابط و مقررات رفتار نموده و در صورت ابطال مدرک تحصیلی‌ام هیچ‌گونه ادعایی نخواهم داشت./

نام و نام خانوادگی:

نجمه فرزانه خو

تاریخ و امضاء:

تقدیم بہ

پدر و مادر، ہموارہ حیات کرم؛

ہمسفر بسیار ہمارا ہم؛

و فرزند عزیز و مہربانم

پاسکزاری از:

پژوهش حاضر مراحل متعددی را از شروع تا پایان سپری نموده است تا به امروز در دسترس پژوهشگران، استادان، دانشجویان،

سیاستگذاران عرصه مسایل آموزشی و فرهنگی و اجتماعی قرار گرفته است. بدیهی است این نتیجه ممکن نبود مگر با هدایت و راهنمایی

زحمات بی‌شائبه استادان گرامی؛ لذا از زحمات و بهکاری های ارزنده آقایان دکتر احمد اکوچکیان استاد راهنما و دکتر محمد مسعود دیاریان

استاد مشاور که بارها به هدایت های ارزشمندشان در تک تک مراحل پژوهش به غنای طرح افزودند، کمال تشکر و قدردانی را

اظهار می‌نمایم و از خدای مهربان و بنده نواز پاسکزارم که مراد همه مراحل سخت زندگی یاری کرد و در راه های دشوار، مسیرم را باز

نمود.

کلیه حقوق مادی مرتبط بر نتایج مطالعات، ابتکارات و
نوآوری‌های ناشی از تحقیق موضوع این پایان نامه متعلق به
دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر است.

چکیده

آدمی در همه دوران‌ها دارای گرایش‌ها و مطلوب‌هایی بوده و هست، که میل همیشگی او به بقا و جاودانگی، لذت، سود، کمال و سعادت گویای آن است و از طرفی رویگردانی و گریز وی از نیستی، خسران، رنج و شوم بختی امری اجتناب‌ناپذیر در همه اعصار بوده است. انسان معناداری زندگی را هنگامی تجربه می‌کند که زندگی خود را حتی با وجود مصائب و رنج‌ها، مفید، ارزشمند، هدف‌دار، دلچسب و گوارا، به صرفه و نهایتاً منجر به شادکامی و رضایت‌مندی دریابد. تنها در این حالت است که میل او به بقا، زندگی سودمند و کمال ارضا می‌شود. در حالی که اگر زندگی او ملال‌آور، بی‌ربط، بی‌هدف، ناگوار و همراه با احساس تلخ‌فقدان، خسارت و باختن باشد، دچار بحران بی‌معنایی شده و حتی پوچی را تجربه می‌کند. بنابراین انسان برای رهایی از خسران و نیل به کمال و رشد، که خواسته ذاتی و برگرفته از لذت‌طلبی اوست، راهی جز باردهی به حیات خود و غنی‌سازی آن از طریق هدف‌داری و معنابخشی به زندگی نمی‌یابد. در حقیقت معناداری زندگی، نسبت یابی تمامیت زیست‌اختیاری و به تعبیری اختیار خلاق آدمی، با جهت‌اصیل هستی و حیات، یعنی خدای سبحان است، به گونه‌ای که زندگی را علی‌رغم رنج‌هایش به صرفه و لذت بخش خواهد کرد و از پوچی می‌رهاند. هدف‌نهایی معناداری زندگی در این نظریه، رسیدن به الگوی رشد و هدف‌داری تمامیت زندگی خویش، مبتنی بر چرایی‌های اصیل زندگی و بر این مبنا خودآگاه شدن به چگونگی‌های آن است و این که تمامی عرصه‌ها و از جمله دشوارترین برهه‌های زندگی در متن این هدف‌داری راهبری شود. پژوهش حاضر در پی فهم و تدوین نظریه معنای زندگی از قرآن کریم از دو حیث مسئله‌شناسی و راهبردهشناسی معنا و با نگاه خاص به پنج سوره عصر، انشراح، مسد، فلق و ناس به تحریر درآمده است.

واژگان کلیدی: معناداری زندگی - هدف‌داری - حیات معقول - کمال (رشد) - قرآن کریم

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	فصل اول: کلیات پژوهش.....
۲	۱-۱- مقدمه.....
۳	۱-۲- تبیین مسأله پژوهشی.....
۴	۱-۳- ضرورت و اهمیت پژوهش.....
۴	۱-۴- اهداف.....
۵	۱-۵- فرضیات.....
۵	۱-۶- پیشینه تحقیق.....
۸	۱-۷- روش تحقیق.....
۹	۱-۸- مفاهیم بنیادین و کلیدی بحث.....
۹	۱-۸-۱- زندگی.....
۱۰	۱-۸-۲- معنا.....
۱۰	۱-۸-۳- دین.....
۱۱	۱-۹- مفاهیم مرتبط با موضوع.....
۱۱	۱-۹-۱- هدفداری.....
۱۱	۱-۹-۲- حیات معقول.....
۱۱	۱-۹-۳- بی معنایی.....
۱۲	۱-۹-۴- پوچ گرایی.....
۱۲	۱-۹-۵- روانشناسی کمال.....
۱۲	۱-۹-۶- امید.....
۱۲	۱-۹-۷- مرگ.....
۱۳	۱-۹-۸- رشد.....
۱۴	فصل دوم: پیشینه پژوهش.....
۱۵	۲-۱- معناداری از دیدگاه هستی شناسی انسانی.....
۱۵	۲-۱-۱- حذف مسئله.....
۱۶	۲-۱-۱-۱- چگونگی تاثیر علم بر کمرنگ شدن معنا.....
۱۸	۲-۱-۲- پاسخ به مسئله.....
۱۹	۲-۱-۲-۱- معناسازی (تعیین معنا).....

- ۱۹ ۱-۱-۲-۱-۲ عینی بودن قوانین اخلاقی در گذشته
- ۲۰ ۲-۱-۲-۱-۲ چگونگی ذهنی شدن اخلاق
- ۲۰ ۳-۱-۲-۱-۲ طیفی بودن ذهنی گرایی معنایی همانند ذهنی گرایی اخلاقی
- ۲۰ ۴-۱-۲-۱-۲ اما باید دید آیا پروژه معنا سازی قرین توفیق است یا نه؟
- ۲۱ ۵-۱-۲-۱-۲ گزیده ای از نظریات معنا سازی
- ۲۳ ۲-۲-۱-۲ معنایابی (کشف معنا)
- ۲۴ ۳-۲-۱-۲ مفهوم معنا
- ۲۴ ۴-۲-۱-۲ معنای «زندگی معنا دار»
- ۲۶ ۵-۲-۱-۲ زندگی معنا دار با محوریت هدفداری
- ۲۷ ۶-۲-۱-۲ ریشه درونی حیات واقعی
- ۲۸ ۷-۲-۱-۲ شرحی در مورد ماوراء الطبیعه
- ۲۹ ۲-۲ معناداری از دیدگاه روانشناسی
- ۲۹ ۱-۲-۲ روانشناسی کمال
- ۳۱ ۲-۲-۲ فلسفه وجودی
- ۳۲ ۳-۲-۲ مکتب انسان گرایی
- ۳۳ ۴-۲-۲ تفاوت انسان سالم با انسان آرمانی (کامل)
- ۳۳ ۵-۲-۲ برخی مکاتب انسانگرایی
- ۳۴ ۱-۵-۲-۲ نظریه پدیدار شناسی
- ۳۴ ۱-۱-۵-۲-۲ معرفی درمان مراجع محور (فرد مدار)
- ۳۴ ۲-۱-۵-۲-۲ نظریه ی شخصیت
- ۳۷ ۳-۱-۵-۲-۲ نظریه آسیب شناسی
- ۳۸ ۴-۱-۵-۲-۲ نظریه درمان راجرز
- ۳۹ ۵-۱-۵-۲-۲ نگرش در مقابل فن
- ۴۰ ۶-۱-۵-۲-۲ فرایند درمان
- ۴۱ ۷-۱-۵-۲-۲ تشخیص
- ۴۱ ۸-۱-۵-۲-۲ دیدگاههای مثبت درباره رویکرد مراجع محوری
- ۴۲ ۹-۱-۵-۲-۲ دیدگاه های منفی درباره رویکرد مراجع محوری
- ۴۲ ۲-۵-۲-۲ نظریه انگیزش (نظریه انسان خود شکوفا)
- ۴۳ ۱-۲-۵-۲-۲ مفهوم سلامت روانی از دیدگاه مزلو
- ۴۴ ۲-۲-۵-۲-۲ نیازهای شبه غریزی

- ۴۵ انگیزش شخصیت سالم به سوی خودشکوفایی. ۳-۲-۵-۲-۲
- ۴۶ فوق انگیزش. ۴-۲-۵-۲-۲
- ۴۶ رفتارهای منتهی به خود شکوفایی. ۵-۲-۵-۲-۲
- ۴۷ ویژگیهای افراد خودشکوفای. ۶-۲-۵-۲-۲
- ۴۸ معنادرمانی (فرانکل). ۳-۵-۲-۲
- ۵۰ انگیزش شخصیت سالم. ۱-۳-۵-۲-۲
- ۵۰ معنی جویی و تنش. ۲-۳-۵-۲-۲
- ۵۱ فرارفتن از خود. ۳-۳-۵-۲-۲
- ۵۱ اثر معکوس لذت جویی و تلاش برای تحقق خود. ۴-۳-۵-۲-۲
- ۵۱ خلق خویشتن در لحظه مرگ. ۵-۳-۵-۲-۲
- ۵۲ شایستگی داشتن رنج. ۶-۳-۵-۲-۲
- ۵۳ ویژگیهای شخصیت سالم. ۷-۳-۵-۲-۲
- ۵۴ برخی مفاهیم مرتبط با روانشناسی کمال. ۱-۱-۲-۲
- ۵۴ امید. ۱-۱-۱-۲-۲
- ۵۶ نقش امید درمانی در مشاوره و درمان گری. ۱-۱-۱-۲-۲
- ۵۷ بیولوژی امید. ۲-۱-۱-۲-۲
- ۵۷ رضایتمندی. ۲-۱-۱-۲-۲
- ۵۹ فصل سوم: روش پژوهش.
- ۶۰ چشم انداز کلان قرآن به معنای زندگی. ۱-۳
- ۶۰ بی معنایی در زندگی. ۱-۱-۳
- ۶۰ مفهوم بحران معنا. ۱-۱-۳
- ۶۱ پوچ گرایی. ۲-۱-۱-۳
- ۶۲ مختصات روانی پوچ گرایی. ۳-۱-۱-۳
- ۶۳ بی معنایی و خود کشی. ۴-۱-۱-۳
- ۶۳ معنا داری و حیات معقول در قرآن. ۲-۳
- ۶۴ معنا یابی در زندگی. ۱-۲-۳
- ۶۴ حیات معقول. ۲-۲-۳
- ۶۵ قرآن کتاب حیات بخش و بیان کننده عوامل باز دارنده حیات معقول. ۳-۲-۳
- ۶۵ شناخت و حیات معقول در قرآن. ۴-۲-۳
- ۶۵ دلایل ضرورت شناخت زندگی. ۵-۲-۳

۶۶ ۳-۲-۶-دلائل هدف دار بودن زندگی در قرآن
۶۶ ۳-۲-۶-۱-نمونه اول
۶۷ ۳-۲-۶-۲-نمونه دوم
۶۸ ۳-۲-۶-۳-نمونه سوم
۶۸ ۳-۲-۶-۴-نمونه چهارم
۶۹ ۳-۲-۷-قرآن گویای حقایق جهان و انسان معنادار
۷۰ ۳-۲-۸-هدف دار بودن خلقت آدمی در هستی معنا دار
۷۱ ۳-۳-برخی مفاهیم هم ارز معناداری قرآنی و معناداری روانشناختی
۷۱ ۳-۳-۱-مفاهیم هم ارز قرآن و نظریه انگیزش
۷۲ ۳-۳-۲-مفاهیم هم ارز قرآن و نظریه معنادرمانی
۷۳ ۳-۳-۳-مفاهیم هم ارز قرآن و نظریه مراجع محوری راجرز
۷۴ فصل چهارم: معناداری در گذار تحلیلی به سوره های مورد نظر پژوهش
۷۴ ۴-۱-تحلیل اختصاصی معناداری در پنج سوره قرآن کریم
۷۶ ۴-۱-۱-سوره عصر
۷۶ ۴-۱-۱-۱-پرسش های پیش روی سوره عصر
۷۶ ۴-۱-۱-۲-معرفی سوره عصر
۷۷ ۴-۱-۱-۳-چکیده تفسیری سوره
۸۱ ۴-۱-۱-۴-پاسخ سوره عصر به پرسشهای آغازین
۸۲ ۴-۱-۲-سوره مسد
۸۲ ۴-۱-۲-۱-پرسش های پیش روی سوره مسد
۸۳ ۴-۱-۲-۲-معرفی سوره
۸۳ ۴-۱-۲-۳-چکیده تفسیری سوره مسد
۸۸ ۴-۱-۲-۴-پاسخ سوره عصر و مسد به پرسشهای آغازین
۸۸ ۴-۱-۲-۱-توضیح خسارت
۹۰ ۴-۱-۲-۲-خسارت وجود
۹۰ ۴-۱-۲-۳-خسارت عمل
۹۱ ۴-۱-۲-۴-جبران ها
۹۳ ۴-۱-۳-سوره انشراح
۹۳ ۴-۱-۳-۱-پرسش های پیش روی سوره
۹۳ ۴-۱-۳-۲-معرفی سوره

- ۹۴ ۳-۳-۱-۴-چکیده تفسیری سوره انشراح.....
- ۱۰۱ ۴-۳-۱-۴-پاسخ سوره انشراح به پرسشهای آغازین.....
- ۱۰۳ ۴-۱-۴-سوره های فلق و ناس.....
- ۱۰۳ ۱-۴-۱-۴-پرسش های پیش روی سوره های فلق و ناس.....
- ۱۰۴ ۲-۴-۱-۴-معرفی سوره فلق.....
- ۱۰۵ ۳-۴-۱-۴-چکیده تفسیری سوره.....
- ۱۰۸ ۴-۴-۱-۴-معرفی سوره ناس.....
- ۱۰۸ ۵-۴-۱-۴-چکیده تفسیری سوره.....
- ۱۱۶ ۶-۴-۱-۴-پاسخ سوره های فلق و ناس به پرسشهای آغازین.....
- ۱۱۶ ۱-۶-۴-۱-۴-ضعف ها، پناهگاه ها.....
- ۱۱۷ ۲-۶-۴-۱-۴-مفهوم شر.....
- ۱۱۷ ۳-۶-۴-۱-۴-پناه خدا.....
- ۱۱۸ ۴-۶-۴-۱-۴-نمودار پناهندگی ها.....
- ۱۱۹ ۲-۴-تیین نظریه قرآنی معناداری.....
- ۱۱۹ ۱-۲-۴-تیین سطح آسیب شناسی نظریه معناداری زندگی.....
- ۱۱۹ ۱-۱-۲-۴-سطوح بحران معنا در زندگی.....
- ۱۲۰ ۱-۱-۱-۲-۴-مفهوم شناسی بحران.....
- ۱۲۱ ۲-۱-۱-۲-۴-مفهوم شناسی بحران معنا.....
- ۱۲۱ ۳-۱-۱-۲-۴-عوامل بحران معنا.....
- ۱۲۲ ۱-۳-۱-۱-۲-۴-فقدان ایمان به خدا.....
- ۱۲۲ ۲-۳-۱-۱-۲-۴-کفران نعمت در مقابل حمد و شکر.....
- ۱۲۳ ۳-۳-۱-۱-۲-۴-ضیق صدر در مقابل شرح صدر.....
- ۱۲۴ ۲-۱-۱-۲-۴-آدمیان محروم از معنا.....
- ۱۲۴ ۳-۱-۱-۲-۴-پیامدهای بحران معنا.....
- ۱۲۵ ۱-۳-۱-۱-۲-۴-تهی بودن، عبث و پوچی.....
- ۱۲۵ ۲-۳-۱-۱-۲-۴-خسارت نفس.....
- ۱۲۶ ۳-۳-۱-۱-۲-۴-مورد غضب خداوند قرار گرفتن.....
- ۱۲۷ ۴-۳-۱-۱-۲-۴-ضلالت و گمراهی.....
- ۱۲۸ ۴-۱-۱-۲-۴-راههای جلوگیری از افول معنا.....
- ۱۲۹ ۲-۲-۴-جمع بندی سطح آسیب شناسی نظریه.....

۱۲۹۲-۲-۴-سطح کمال نگر معناداری زندگی با سوره‌های انشراح، عصر، فلق و ناس
۱۳۰۱-۲-۲-۴-اصول معنابخشی به زندگی
۱۳۱۱-۱-۲-۲-۴-دو اصل معناداری در زندگی فردی: ایمان و عمل صالح
۱۳۲۱-۱-۱-۲-۲-۴-ایمان در لغت
۱۳۳۲-۱-۱-۲-۲-۴-محورهای ایمان
۱۳۴۳-۱-۱-۲-۲-۴-صالح در لغت
۱۳۵۲-۱-۲-۲-۴-دو اصل معناداری در زندگی اجتماعی: حق‌گرایی و صبر
۱۳۷۳-۱-۲-۲-۴-شرح صدر: اصل مشترك
۱۳۹۲-۲-۲-۴-بالتترین سطح معنابخشی
۱۴۱فصل پنجم: نتیجه‌گیری
۱۴۲۱-۵-یافته‌های تحلیل
۱۴۳۲-۵-پیشنهادات
۱۴۴مراجع