



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری
مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت

دانشکده روانشناسی
رشته روانشناسی اسلامی
پایان نامه کارشناسی ارشد

ویژگیهای زندگی مطلوب در روانشناسی مثبت و مقایسه آن با زندگی مطلوب در منابع اسلامی با تکیه بر عصر ظهور امام زمان (عج)

استاد راهنما

حجت الاسلام و المسلمین دکتر رحیم میر دریکوندی

استاد مشاور

حجت الاسلام و المسلمین آقای دکتر محمد رضا جهانگیرزاده

دانش پژوه

سید مرتضی حسینی مطلق

بهمن ۱۳۹۴

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشکده روانشناسی
رشته روانشناسی اسلامی
پایان نامه کارشناسی ارشد

ویژگیهای زندگی مطلوب در روانشناسی مثبت و مقایسه آن با زندگی مطلوب در منابع اسلامی با تکیه بر عصر ظهور امام زمان (عج)

استاد راهنما

حجت الاسلام و المسلمین دکتر رحیم میر دریگوندی

استاد مشاور

حجت الاسلام و المسلمین آقای دکتر محمد رضا جهانگیرزاده

دانش پژوه

سید مرتضی حسینی مطلق

بهمن ۱۳۹۴

تقدیم به

ساحت قدسی و با عظمت خاتم الاوصیاء امام عصر، مهدی فاطمه (عج) که جهان یک عمر است انتظار

آمدنش را می کشد.

تشکر

بر خود فرض می دانم از باب «من لم یشکر المخلوق لم یشکر الخالق» از استاد ارجمندم جناب حجت الاسلام و المسلمین دکتر رحیم میردريکوندی که در طول نگارش پایان نامه و در کمال سعه صدر و حسن خلق، زحمت راهنمایی این پایان نامه را بر عهده گرفتند و از بذل نکات راه گشا، دریغ نکردند، همچنین از استاد گرامیم، جناب حجت الاسلام و المسلمین دکتر محمد رضا جهانگیرزاده که بدون بهرمندی از نظر ایشان تامین این پایان نامه بسیار مشکل مینمود، تشکر و قدردانی نمایم و سپاس از همسرم که با صبر فراوان در تمام مراحل نگارش پایان نامه، مرا یاری کرده و زحمت نگهداری مهربانانه دو فرزند عزیزم را کشیدند و در نهایت از موسسه آموزشی اخلاق و تربیت که امکان انجام چنین پژوهشی را برایم فراهم نمود.

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی ویژگیهای زندگی مطلوب از دیدگاه روانشناسی و اسلام و مقایسه بین آنهاست که با روش توصیفی-تحلیلی صورت گرفته است. زندگی مطلوب از دیدگاه روانشناسان مثبت، از دو دیدگاه کلی لذت‌گرا و سعادت‌گرا مورد بررسی قرار گرفته است. امروزه روانشناسی مثبت، رویکردی سعادت‌گرا به زندگی مطلوب داشته و بر منش و فضیلت‌های فردی تأکید کرده‌اند و مراحلی را برای تحقق زندگی مطلوب برشمرده‌اند. افرادی که به تمام مراحل زندگی مطلوب، نائل شوند به خود شکوفایی رسیده‌اند. آنچه برای طی کردن مراحل مختلف زندگی مطلوب لازم است، استفاده از کارکرد بهینه و بهره‌گیری از تمام استعدادها در جهت شکوفایی و دستیابی به توانایی‌های بالقوه افراد می‌باشد. زندگی مطلوب از دیدگاه اسلام، در گستره‌ای وسیع‌تر از آنچه در روانشناسی مثبت وجود دارد، طرح شده است؛ در دیدگاه اسلام، زندگی انسان دارای دو سطح دنیوی و اخروی است که ارتباط تنگاتنگی هم با یکدیگر دارند. زندگی مطلوب در منابع اسلامی، بر محور سعادت شکل می‌گیرد و افراد به هر اندازه که از اسباب سعادت بهرمند باشند، به همان میزان از زندگی مطلوب دنیوی و اخروی برخوردار خواهند بود. البته تحقق کامل اسباب سعادت دنیوی و عوامل زمینه‌ساز زندگی مطلوب اخروی، در دوره‌ای خاص از زندگی بشر- به خاطر تحولات عمیقی که در این دوره اتفاق می‌افتد- امکان دارد که از آن به دوره ظهور امام زمان (عج) یاد می‌شود.

کلید واژه: زندگی مطلوب، روانشناسی مثبت، شادکامی، حیات طیبه، سعادت، عصر ظهور، منابع اسلامی

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات و معرفی پژوهش ۱

- ۱.۱. مقدمه ۲
- ۲.۱. بیان مسأله ۳
- ۳.۱. اهمیت و ضرورت تحقیق ۱۰
- ۴.۱. اهداف تحقیق ۱۱
- ۵.۱. سوالات تحقیق ۱۱
- ۶.۱. روش تحقیق ۱۱
- ۷.۱. پیشینه تحقیق ۱۲
- ۸.۱. تعریف مفاهیم ۱۴

فصل دوم: زندگی مطلوب از دیدگاه روانشناسی ۱۶

- ۱.۲. مقدمه ۱۷
- ۲.۲. روان‌شناسی مثبت ۱۸
- ۳.۲. ریشه‌های فلسفی به زندگی مطلوب ۲۳
- ۱.۳.۲. رویکرد لذت‌گرا ۲۳
- ۲.۳.۲. رویکرد سعادت‌گرا ۲۵
- ۴.۲. رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا به زندگی مطلوب ۲۷
- ۱.۴.۲. زندگی لذت بخش ۲۷

۳۱	 ۲.۴.۲. زندگی درگیرانه (مشتاقانه)
۳۳	 ۱.۲.۴.۲. توانمندی‌ها و فضیلت‌ها
۳۵	 ۱.۱.۲.۴.۲. شجاعت
۳۶	 ۲.۱.۲.۴.۲. خردمندی و حکمت
۳۶	 ۳.۱.۲.۴.۲. اعتدال
۳۷	 ۴.۱.۲.۴.۲. تعالی و علو
۳۸	 ۵.۱.۲.۴.۲. عدالت
۳۸	 ۶.۱.۲.۴.۲. انسانیت
۳۹	 ۳.۴.۲. زندگی معنادار
۴۱	 ۴.۴.۲. زندگی کامل
۴۲	 ۵.۲. شادکامی
۴۲	 ۱.۵.۲. نظریه‌های شادکامی

فصل سوم: زندگی مطلوب از دیدگاه اسلام ۵۸

۵۹	 ۱.۳. مقدمه
۵۹	 ۲.۳. حیات طیبه
۵۹	 ۱.۲.۳. معنای لغوی
۶۰	 ۲.۲.۳. معنای اصطلاحی
۶۲	 ۳.۳. سعادت
۶۲	 ۱.۳.۳. معنای لغوی
۶۳	 ۲.۳.۳. معنای اصطلاحی
۶۴	 ۴.۳. لذت
۶۹	 ۵.۳. شادی و شادکامی از دیدگاه اسلام

۷۱	۱.۵.۳. عوامل شادی و شادکامی
۷۶	۲.۵.۳. موانع شادی و شادکامی
۸۰	۶.۳. سطوح سعادت (زندگی مطلوب)
۸۲	۱.۶.۳. سعادت دنیوی
۸۴	۲.۶.۳. سعادت اخروی
۹۱	۷.۳. آرمانشهر
۹۸	۸.۳. شاخصه های زندگی مطلوب در عصر ظهور
۱۰۰	۱.۸.۳. رشد علوم و تمدن و بالا رفتن سطح ارتباطات
۱۰۱	۲.۸.۳. بهزیستی، بهداشت و سلامت همگانی
۱۰۳	۳.۸.۳. امنیت و آرامش
۱۰۳	الف) آسایش و امنیت فردی
۱۰۳	ب) آسایش و امنیت اجتماعی
۱۰۴	۴.۸.۳. ایجاد الفت و محبت
۱۰۵	۵.۸.۳. گسترش عدالت
۱۰۶	۶.۸.۳. اصلاح معیشت و رفاه اقتصادی
۱۰۷	۷.۸.۳. رشد عقلی و ارتقاء دانش های فطری
۱۰۸	۸.۸.۳. عبودیت خدا

فصل چهارم: بحث، نتیجه گیری و مقایسه ۱۱۰

۱۱۱	۱.۴. زندگی مطلوب در روانشناسی و اسلام
۱۱۳	۲.۴. مقایسه بحث
۱۱۷	۳.۴. کاربردهای تحقیق
۱۱۸	۴.۴. محدودیتهای تحقیق

۱۱۸.....	۵.۴. پیشنهادات تحقیق.....
۱۱۹.....	فهرست منابع.....
۱۱۹.....	منابع فارسی
۱۲۲.....	منابع عربی
۱۲۵.....	منابع انگلیسی

فهرست نمودارها

۳۰	نمودار هیجانانام مثبت
۸۸	نمودار سطوح سعادت

فصل اول

کلیات و معرفی پژوهش

❖ مقدمه

❖ بیان مسئله

❖ اهمیت و ضرورت تحقیق

❖ اهداف تحقیق

❖ سوالات تحقیق

❖ روش تحقیق

❖ پیشینه تحقیق

❖ تعریف مفاهیم

۱.۱. مقدمه

محققان و متخصصان در طول سال ها علاقه مند به ارتقای زندگی هایی بوده اند که بتواند به طور کلی از لحاظ شخصیت اخلاقی، سلامت جسمانی، خشنودی، موفقیت، یا برتری، «خوب» تلقی شوند.^۱ (ژوزف^۱ و لینلی^۲، ۱۳۸۸، ص ۶۸) در طی دهه های گذشته روانشناسی مثبت گرا^۳ که به یکی از گرایش های عمده در روانشناسی تبدیل شده و به سرعت جایگاه مناسبی در این رشته یافته است و مداخلات روانشناسی مثبت به منظور ارتقای کیفیت زندگی، خشنودی بیشتر از زندگی، شادکامی و نشاط، دستیابی به بهزیستی و احساس ذهنی آسایش^۴، سعادتمندی و خوشبختی می باشد. گسترش این کاربردها تا جایی است که در چند سال اخیر از درمان های مثبت گرا سخن گفته شده است. (ژوزف و لینلی، ۲۰۰۶، ص ۴).

سعادتمندی و خوشبختی در مکتب اسلام هم از اهمیت ویژه ای برخوردار بوده و اسلام، زندگی انسان را مورد توجه جدی قرار داده است. بینش اسلامی و معارف قرآنی، به زندگی انسان ها در دو مرحله دنیوی و اخروی نظر داشته و سعادت و داشتن یک زندگی خوب را یک هدف اساسی در مسیر تکامل او می داند. نمی توان بدون برخورداری از یک زندگی متعالی در دنیا، حیات اخروی مثبت داشت. برای آنکه حیات اخروی، آباد

1 - Joseph

2 - Linley

3 - positive psychology

4 - subjective well-being

باشد، باید حیات دنیوی را نیز آباد ساخت. به همین جهت است که قرآن کریم درباره اهمیت آبادانی حیات دنیا می‌فرماید: «وَلَا تَنْسِ نَصِيْبَكَ مِنَ الدُّنْيَا»^۱ «بهرهات را از دنیا فراموش نکن.»

گرایش به یک زندگی خوب و لذتبخش، یکی از گرایش‌های فطری انسان است که با فرار از درد و رنج و ناراحتی، همراه است. معنای فطری بودن این گرایش آن است که ساختمان روح انسان طوری است که نمی‌تواند از لذت و خوشی صرف‌نظر کند.

آنچه در این پایان نامه مورد توجه قرار می‌گیرد، بررسی زندگی مطلوب^۲ از نگاه روانشناسی مثبت گرا و منابع اسلامی و مقایسه ای بین آنهاست. اما از آنجایی که موانعی بر سر راه تحقق مطلق زندگی مطلوب وجود دارد، تحقق چنین زندگی که در اوج مطلوبیت باشد، با هموار شدن موانع در عصر ظهور امام زمان (عج) میسر خواهد شد.

۲.۱. بیان مسأله

در طول تاریخ، آرزوی بهتریستن با زندگی بشر عجین بوده و هیچگاه جدا نشده است. رؤیای مزبور، در زندگی انسان به گونه‌های مختلفی، توسط فلاسفه، مذاهب شرقی و روانشناسان متبلور شده و آنان را به شناسایی مفهوم "زندگی مطلوب" به بحث و بررسی کشانده است؛ از مدینه فاضله افلاطونی گرفته تا مدینه فاضله فارابی و از مدینه فاضله کمونیست‌ها و سوسیالیست‌های تخیلی و بهشت موعود آنان گرفته تا مدینه فاضله عصر روشن‌گری، هر کدام از منظر خود به ارایه دیدگاه پرداخته اند. فلاسفه در توصیف زندگی مطلوب،

۱. سوره قصص، آیه ۷۷

به فضایی همچون حکمت، صداقت و وظیفه مداری اشاره کرده‌اند. افرادی مانند سقراط، افلاطون و ارسطو معتقدند که زندگی مطلوب، زندگی است که در آن، فرد با استفاده از دانش و فضایل به یک حالت ایده آل دست یابد. آنان بر این باورند که زمانی که مردم یک زندگی با فضیلت را پیگیری کنند به یک شادمانی اصیل دست پیدا می کنند. اما برخی دیگر از فیلسوفان یونانی مانند اپیکوروس و فایده گرایان معتقدند که شادی در واقع محصول احساسات مثبت و لذت است (هفرون^۱ و بونیول^۲، ۲۰۱۱، ص ۳ و لوپز^۳، ۲۰۰۹، ص ۴۳۹).

ارسطو بر این باور است که افراد باید به فعالیت هایی اقدام کنند که به رشد مهارت های ضروری برای رسیدن به سعادت یا آنچه جامعه مدرن آن را به عنوان "زندگی مطلوب" می پندارد، کمک می کند. سعادت گاهی به معنای شادمانی ترجمه شده است، اما معنای دقیقتر آن، توصیفی است برای تلاش به سمت پتانسیل واقعی فرد. تلاش برای دستیابی به اهداف و شکوفایی استعدادها، همیشه خوشایند و همراه با شادی نیست؛ اما در عین حال به رشد انسان منجر می شود. بر خلاف دیدگاه لذت گرا، آنچه نقش اصلی را در تحقق پتانسیل های واقعی افراد ایفا می کند، تلاش و مجاهده است. ارسطو می گوید، بر اساس دیدگاه شادمانی مبتنی بر لذت، زندگی مطلوب، زندگی است پر از لذت اما خالی از تلاش. تحقیقات نشان داده است که بالاترین سطح رضایتمندی، در تجربه ای است که افراد کارهایی را که به اتمام می رسانند، توام با فداکاری جسمی و عاطفی و در خدمت رشد و توسعه مهارت ها و نقاط قوت، برای بهره برداری در آینده باشد (لوپز، ۲۰۰۹، ص ۴۳۹).

در حوزه روانشناسی مثبت نیز، بحث گسترده ای در مورد تعریف و مولفه های زندگی مطلوب وجود دارد. ریشه های فلسفی و تاریخی روانشناسی مثبت گرا، به فلسفه ارسطو باز می گردد و در نظریه کمال و رشد

1 . Hefferon
2 . Boniwell
3 . Lopez

ارسطویی و همچنین در رویکرد روان شناسی مثبت گرا، مفهوم زندگی نیک (مطلوب) و شادکامی با مفهوم کارکرد مطلوب ارتباط دارند (پسندیده، ۱۳۹۲، ص ۱۹).

در تعریف روانشناسی مثبت گرا، شلدون و کینگ این رشته را مطالعه علمی فضائل و نقاط قوت (توانمندی‌های) افراد عادی معرفی می‌کنند (شلدون^۱ و کینگ^۲، ۲۰۰۱، ص ۲۱۶). گیل و هایت روانشناسی مثبت گرا را مطالعه شرایط و فرایندهای دخیل در شکوفایی یا عملکرد بهینه افراد، گروه‌ها و نهادها می‌دانند (گیل^۳ و هایت^۴، ۲۰۰۵، ص ۱۱۰).

روانشناسی مثبت با توجه به اینکه به آسایش روانی و کارکرد بهینه می‌پردازد، در بدو امر شاید یک پیوست روان‌شناسی بالینی یا بخشی از آن باشد اما ما چیز دیگری معتقدیم. باور ما این است که افرادی که شدیدترین فشارهای روان‌شناختی را تحمل می‌کنند در زندگی به دنبال امری به مراتب بیشتر از تسکین یافتن از درد و رنج هستند. افراد دچار مشکل در پی خشنودی بیشتر، لذت بیشتر و رضایتمندی بیشترند تا صرف کردن غم و نگرانی. آنان به دنبال ساخت نقاط قوتند نه اصلاح نقاط ضعفشان، آنها به دنبال زندگی معنادار و دارای قصد و هدفند. بدیهی است که این شرایط به سادگی و با رفع درد و ناراحتی حاصل نمی‌شوند.» (داک ورث^۵ و همکاران، ۲۰۰۵، ص ۶۳۰).

بدین ترتیب روان‌شناسی مثبت گرا را می‌توان مطالعه علمی تجارب و عواطف مثبت آدمی، توانمندی‌ها و فضیلت‌های شخصی و خشنودی و شادکامی (سعادت‌مندی) آدمیان تعریف کرد (براتی سده، ۱۳۸۸، ص ۲۹).

-
1. Shaldon
 - 2 . King
 3. Gable
 4. Haidt
 - 5 . Duckworth

این مفهوم یعنی "زندگی مطلوب" از آموزه های کارل راجرز و آبراهام مزلو ساخته شده است. هدف اساسی راجرز، درمانی است برای کمک به افراد برای بهبود عملکرد خود بر اساس کشف و بیان خویشتن. مزلو نیز در همین مسیر، به مفهوم خودشکوفایی اشاره می کند؛ خودشکوفایی که از دسترسی به طیف گسترده ای از استعدادها و توانایی ها بدست می آید. نظریه خود مختاری نیز بر این اصل استوار است که تحقق خود کلیدی است برای رفاه و یک زندگی مطلوب (لوپز، ۲۰۰۹، ص ۴۴۰).

سلیگمن در بررسی زندگی مطلوب، بر روی نقاط قوت و فضایل تاکید می کند. وی شش فضیلت را به عنوان ویژگیهای اساسی مورد تایید تقریباً تمامی سنت های مذهبی و فلسفی تلقی کرده است. این شش فضیلت عبارتند از: خرد و دانش، شجاعت، رأفت و عشق، عدالت، میانه روی، معنویت و تعالی. روانشناسان مثبت گرا، عناوینی را برای روانشناسی مثبت ترتیب داده اند که یکی از آن عناوین، مطالعه زندگی خوب است (سلیگمن^۱، ۱۳۹۱، ص ۱۷۲).

هم در رویکرد ارسطویی و هم در رویکرد روانشناسی مثبت، مفهوم کارکرد بهینه مرتبط با مفهوم زندگی خوب، روان بهزیستی یا شادی است. مدل ارسطویی زندگی خوب، لذت سعادت طلبانه، "خوب بودن و خوب رفتار کردن برای خوب بودن" است. لذت طلبی محض روانی یا اصل سودمندی که فیلسوفی به نام بتام آن را این گونه نامیده است، بخشی از روانشناسی مثبت است اما بیشتر روان شناسان مثبت رویکرد سعادت طلبانه به زندگی خوب را برگزیده اند. رویکرد سعادت طلبانه به تمام ابعاد شخص، کارکرد بهینه او و رشد در همه ابعاد زندگی می پردازد (ژوزف و لینلی، ۱۳۸۸، ص ۵۰).

1 . Sligman

سلیگمن با انتخاب مدل ارسطویی رشد از ساده به پیچیده، به عنوان موضوع اصلی خود، چهار مدل متفاوت را برای زندگی خوب مسلم فرض می کند. او ساده ترین شکل زندگی خوب را «زندگی خوشایند» می نامد. سلیگمن زندگی خوشایند را این گونه توصیف می کند: یک زندگی که به طور موفقیت آمیزی هیجانات مثبت را در مورد گذشته و حال و آینده دنبال می کند. مشخصه زندگی خوشایند هیجانات مثبت است. مفهوم زندگی خوشایند شبیه مفهوم زندگی خوب توصیف شده در رویکرد لذت طلبی محض است. اما آنچه سلیگمن زندگی خوب می نامد پیچیده تر از زندگی خوشایند است. دومین نوع زندگی خوب، زندگی درگیرانه است. یک زندگی خوب طبق نظر سلیگمن این است: «استفاده از توانایی های شخصی برای دستیابی به رضایتمندی فراوان در حوزه های اصلی زندگی». بنابراین یک زندگی خوب زندگی ای است که در آن از استعدادهای خاص، توانایی های شخصی در حوزه های مهم زندگی برای به دست آوردن رضایتمندی استفاده می شود. دیدگاه سلیگمن این است که زندگی خوب به معنای استفاده از توانایی های شخصی، تحقق شخصیت خود یا ماهیت بنیادی فضایل خود است. سومین نوع زندگی خوب که به فرد با کارکرد بهینه نزدیک تر است از نظر سلیگمن «زندگی با معنا» است. انسان در زندگی با معنا علاوه بر داشتن زندگی خوب به دنبال چیزی فراتر است. سلیگمن زندگی با معنا را اینگونه تعریف می کند: «زندگی با معنا یعنی استفاده از توانایی ها و فضایل شخصی در جهت چیزی بزرگتر از آنچه که هستی». اما وی معنای فراتر از خود بودن را بر عهده فرد می گذارد. پیچیده ترین نوع زندگی خوب از نظر سلیگمن «زندگی کامل» است. این نوع از زندگی خوب بر پایه هر سه نوع زندگی قبلی ساخته می شود و دارای همه ویژگیهای آنهاست. زندگی کامل یعنی: «درک احساسات مثبت از لذت ها، دستیابی به رضایتمندی فراوان از توانایی های شخصی و استفاده از این توانایی در جهت چیزی فراتر از خود و برای یافتن معنای زندگی» (ژوزف و لینلی، ۱۳۸۸، صص ۵۳-۵۱).

زندگی مطلوب علاوه بر اینکه در بین فلاسفه و روانشناسان مورد بحث قرار گرفته، قبل از آن در بین ادیان خصوصاً اسلام در ابعاد زندگی فردی و اجتماعی مورد توجه بوده است. همانطور که در ادبیات فلاسفه و روانشناسان در تعریف زندگی مطلوب از واژه هایی همچون لذت، شادکامی، رضایتمندی و بهزیستی استفاده شده است، مکتب اسلام، یک زندگی خوب و ایده آل را بر محور "سعادت" بنا نهاده است. واژه هایی همچون شادکامی، رضایتمندی و بهزیستی در روانشناسی به حوزه معنایی سعادت، اختصاص دارند (عبدی، ۱۳۹۱، ص ۱۱).

بنابراین، ساختار شادکامی در اسلام با تعریف سعادت متناسب است. سعادت آنست که سه مولفه اساسی دارد: «خیر» که مربوط به ماهیت آن چیزی است که انسان در زندگی با آن روبرو می شود. «سرور» به بعد هیجانی زندگی اشاره دارد و «پایداری» به بعد زمانی دوتای دیگر. سعادت وقتی به دست می آید که از یک سو روند زندگی، مبتنی بر خیر باشد و از سوی دیگر با سرور و خردسندی همراه باشد و در عین حال این دو پایدار باشند، نه مقطعی و موقتی. پس سعادت، حالتی است پایدار از زندگی شاد و خوب (پسندیده، ۱۳۹۲، ص ۳۷).

البته، هرچند واژه لذت و سعادت مترادف هم نیستند ولی مساله سعادت بی ارتباط با لذت نیست و مفهوم لذت، نزدیکی زیادی با مفهوم سعادت دارد. حقیقت سعادت، بازگشتن به این است که انسان لذت دائمی و فراگیر داشته باشد، خوشبختی و سعادت چیزی جز این نیست که انسان بتواند لذت دائمی و پایدار و همه جانبه ببرد، و این که لذت و سعادت با هم ذکر می شود به خاطر همین است (مصباح یزدی، ۱۳۷۶، ص ۱۸۷). همچنین مفاهیمی چون سعادت، فوز و فلاح نیز خیلی به هم نزدیک اند و گاهی به جای مفهوم سعادت، مفاهیم خوشبختی، نیک بختی و نیز مفهوم فلاح و رستگاری و فوز و کامیابی را به کار می بریم. قرآن در مواردی واژه فلاح را به کار برده است. فلاح به معنای رستگاری به کار می رود. رستن از گرفتاریها و رنج ها و

موانع و رسیدن به هدف و مطلوب. پس رستگاری یعنی خلاص شدن از گرفتاری، که ملازم با سعادت است. کلمه فوز هم به معنای کامیابی و رسیدن به مطلوب است اعم از مطلوب مادی و معنوی (مصباح یزدی، ۱۳۷۶، ص ۳۲).

از آنجایی که حیات انسان دارای دو سطح دنیوی و اخروی است، الگوی سعادت اسلامی نیز در دو سطح «سعادت دنیوی» و «سعادت اخروی» قابل طرح است.

در عصر ظهور امام زمان (عج) نیز، زندگی انسان از حیث مطلوبیت، به اوج خود می رسد و انسان ها، زندگی توأم با سعادت را در حد کمال، تجربه خواهند کرد. اعتقاد به زندگی برتر در بین مسلمانان ریشه در کتاب آسمانی، قرآن کریم دارد؛ خداوند در قرآن کریم به آنانی که ایمان و عمل صالح دارند نوید می دهد که خداوند حکومت زمین را به دست آن ها می سپرد، دین آن ها نیرومند و قوی می گردد و در نتیجه آرامش و امنیت جانشین خوف و نا آرامی می شود:

«وَعَدَ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَيَسْتَخْلِفَنَّهُمْ فِي الْأَرْضِ كَمَا اسْتَخْلَفَ الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ وَلَيُمَكِّنَنَّ لَهُمْ دِينَهُمُ الَّذِي ارْتَضَى لَهُمْ وَلَيُبَدِّلَنَّهُمْ مِنْ بَعْدِ خَوْفِهِمْ أَمْنًا»^۱

علاوه بر آیات قرآن، روایات ائمه معصومین (ع)، زندگی در عصر ظهور را توصیف و تبیین کرده اند. بر اساس روایات مهدویت، عصر ظهور، دوران حیات طیبه و حیات معقول انسانی است و عصر حاکمیت عقلانیت و معنویت بر افراد و جوامع و دوره بهزیستی و کمال گرایی است که کمتر نظیری می توان برای آن تصور کرد. در

۱. سوره نور، آیه ۵۵

این عصر، تمامی ظرفیت‌ها و استعدادهای فطری و عقلی انسان، شکوفا می‌شود و با تربیت اخلاقی و عقلانی او، حیات نوینی فرا روی او گشوده می‌شود. امام باقر(ع) می‌فرماید:

«إِذَا قَامَ قَائِمُنَا وَضَعَ يَدَهُ عَلَى رُؤُوسِ الْعِبَادِ فَجَمَعَ بِهِ عُقُولَهُمْ وَأَكْمَلَ بِهِ أَخْلَاقَهُمْ وَكَمَّلَتْ بِهِ أَخْلَاقَهُمْ»^۱

هنگامی که قائم ما قیام کند دستش را بر سر بندگان می‌گذارد و خردهای آن‌ها را گرد می‌آورد و اخلاقشان را کامل می‌گرداند، و به وسیله‌ی او به رشد و کمال می‌رسند. این زندگی از مؤلفه‌ها و شاخصه‌هایی برخوردار است که می‌توان به گسترش عدالت، رشد آگاهی و دانش، رشد عقل و خرد ورزی، برقراری امنیت اجتماعی، رفاه اقتصادی و معیشتی اشاره کرد.

این تحقیق به دنبال آن است که ویژگی‌های زندگی مطلوب را از نگاه روانشناسان مثبت شناسایی کرده و به استخراج ویژگیهای روانشناختی زندگی مطلوب در عصر ظهور پرداخته و همچنین تشابه و تفاوت‌های زندگی مطلوب در عصر ظهور و زندگی مطلوب از نگاه روانشناسان مثبت را بررسی کند.

۳.۱. اهمیت و ضرورت تحقیق

ارایه الگویی برای زندگی مطلوب، همواره دغدغه‌ای را برای فلاسفه و ادیان مختلف فراهم آورده است. آنان به دنبال ترسیم شرایطی بودند که در آن انسان‌ها، با امنیت و آسایش کامل و بدون ترس و تبعیض به زندگی روزمره به کسب فضایل و سعادت و کمال بپردازند. از آنجا که پژوهش‌های صورت گرفته از سوی اندیشمندان غربی، به خاطر عدم احاطه به همه جوانب انسان در ابعاد مختلف آن، موجب نقص در یافته‌های این پژوهش‌ها شده و بسیاری از حقایق زندگی ایده آل انسان، از نظرشان پوشیده مانده است، ضرورت دارد پژوهشی درباره زندگی مطلوب از دیدگاه اسلام و در عصر ظهور امام زمان (عج) که نوید دهنده جامعه‌ای فراگیر و جهانی

۱. الکافی، جلد ۱، صفحه ۲۵

است و تحول بنیادین و عمیقی در تمام زمینه های اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، علمی، دینی، امنیتی ایجاد و بشر در این زمینه ها به گونه ای پیشرفت می کند که بالاتر از آن قابل تصور نبوده و سعادت همه افراد جامعه را در ضمن یک زندگی ایده آل و مطلوب تامین می کند، انجام گیرد.

۴.۱. اهداف تحقیق

این تحقیق به دنبال آن است که زندگی مطلوب و ویژگی های آن را از نگاه اسلام و روانشناسی مثبت گرا بررسی کرده و با نگاهی توصیفی-تحلیلی به مقایسه و تطبیق این دو نگاه بپردازد.

۵.۱. سوالات تحقیق

۱. ویژگیهای زندگی مطلوب از دیدگاه روانشناسی مثبت چیست؟
۲. ویژگیهای زندگی مطلوب از دیدگاه منابع اسلامی چیست؟
۳. تفاوتها و شباهتهای زندگی مطلوب در اسلام و در روانشناسی مثبت چیست؟

۶.۱. روش تحقیق

روش این پژوهش از لحاظ غایت و هدف، بنیادی در مقابل کاربردی و از لحاظ ماهیت و روش توصیفی-تحلیلی و از نوع کتابخانه‌ای و بررسی متون است.

تحقیقات بنیادی نظری با رویکرد قیاسی و با تکیه بر خلاقیت ذهنی و دانش پیشین، اطلاعات و مواد اولیه تحلیل منطقی و استدلال قیاسی گزاره های نظری جدید تولید و ارائه می‌گردد. این گزاره‌ها می‌توانند مبنای جدیدی برای تحقیقات تجربی قرار گیرند (حافظ نیا، ۱۳۸۹، ص ۵۹).