

# Investigating the Relationship between the Level of Life Expectancy and Inner Vitality of Families with Recitation and Familiarity with the Qur'an in the Transcendent Family

## ARTICLE INFO

**Article Type**  
Research Article

### Authors

Bitā Jafari<sup>1</sup>  
Mahdi Motia<sup>2\*</sup>  
Mohammadreza Hajiesmaeili<sup>3</sup>

### How to cite this article

Bitā Jafari, Mahdi Motia, Mohammadreza Hajiesmaeili. Investigating the Relationship between the Level of Life Expectancy and Inner Vitality of Families with Recitation and Familiarity with the Qur'an in the Transcendent Family. *Islamic Life Style*. 2022; 6(2):1-10

1. PhD Student, Quranic and Hadith Sciences, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran.
2. Associate Professor, Quran and Hadith Sciences, University of Isfahan, Isfahan, Iran (Corresponding Author).
3. Professor, Department of Quran and Hadith, University of Isfahan, Isfahan, Iran.

\* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: m.motia@ltr.ui.ac.ir

### Article History

Received: 2021/12/09

Accepted: 2022/02/12

## ABSTRACT

**Purpose:** This descriptive-survey study has investigated the relationship between the level of life expectancy and inner vitality with the recitation of Vance with the Qur'an in the transcendent family.

**Materials and Methods:** The sampling method is a multi-stage cluster in which 215 families of high school students in Isfahan were randomly selected for research and both library and field methods were used to collect information. The research instrument consisted of a standard questionnaire and two researcher-made questionnaires and Pearson correlation and stepwise multiple regression were used to analyze the data.

**Findings:** The results of this study show that there is a significant relationship between the level of life expectancy based on four dimensions (Anas Baqeran, time-oriented thinking, positive thinking and inner vitality) and reading the Holy Quran and improving families towards a perceived transcendent family. There is.

**Conclusion:** Also, the recitation of the Holy Quran mediates the relationship between the four dimensions of the level of life expectancy and the improvement of the perceived transcendent family.

**Keywords:** Life Expectancy, Inner Vitality, Spiritual Friendship with Quran, Sublime Family, Quran Reading

## بررسی رابطه بین سطح امید به زندگی و نشاط درونی خانواده‌ها با قرائت و انس با قرآن در خانواده متعالی

بیتا جعفری<sup>۱</sup>

دانشجوی دکتری، رشته‌ی علوم قرآن و حدیث، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

مهدی مطیع<sup>۲</sup>

دانشیار، علوم قرآن و حدیث، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول).

محمد رضا حاجی اسماعیلی<sup>۳</sup>

استاد، گروه علوم قرآن و حدیث، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران..

### چکیده

**هدف:** این پژوهش با رویکرد توصیفی، پیمایشی به بررسی رابطه بین سطح امید به زندگی و نشاط درونی با قرائت و انس با قرآن در خانواده متعالی پرداخته است.

**مواد و روش‌ها:** شیوه نمونه‌گیری، خوشه‌ای چند مرحله‌ای بوده که ۲۱۵ نفر از خانواده‌های دانش آموزان متوسطه شهر اصفهان بطور تصادفی برای تحقیق انتخاب و برای جمع‌آوری اطلاعات از دو روش کتابخانه‌ای و میدانی استفاده شده است. ابزار تحقیق شامل یک پرسشنامه استاندارد و دو پرسشنامه محقق ساخته بوده و برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه‌ی گام به گام استفاده شده است.

**یافته‌ها:** نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که، بین سطح امید به زندگی مبتنی بر ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف به زمان، تفکر مثبت و نشاط درونی) و قرائت قرآن کریم و بهبود خانواده‌ها به سمت خانواده متعالی ادراک شده، رابطه معناداری وجود دارد. **نتیجه‌گیری:** همچنین قرائت قرآن کریم، رابطه بین ابعاد چهارگانه سطح امید به زندگی را با بهبود خانواده متعالی ادراک شده، میانجی‌گری می‌کند.

**کلید واژه‌ها:** امید به زندگی، نشاط درونی، انس باقرآن، خانواده متعالی، قرائت.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۹/۱۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۲۳

\*نویسنده مسئول: m.motia@ltr.ui.ac.ir

### مقدمه

خانواده از ابتدای تاریخ تاکنون، به عنوان اصلی‌ترین نهاد اجتماعی، زیربنای جوامع و خاستگاه فرهنگ‌ها، تمدن‌ها و تاریخ بشر بوده است. از این رو آیین اسلام، بیشترین توجه را به والایی خانواده دارد و این نهاد مقدس را کانون تربیت می‌شمارد. [۱] نیک بختی و بدبختی جامعه انسانی را نیز به صلاح و فساد این بنا وابسته دانسته و هدف از تشکیل خانواده را تأمین نیازهای عاطفی و معنوی انسان از جمله دست‌یابی به آرامش بر می‌شمارد. [۲] تا آنجا که یکی از ویژگی‌های بندگان راستین را توجه خاص به خانواده خویش می‌داند: وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَرْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا [۳] همچنین خداوند می‌فرماید: یا ایها الذین آمنوا قوا انفسکم و اهلیکم نارا و قودها الناس والحجاره... [۴] خداوند در این آیه خطاب را متوجه عموم مؤمنین می‌کند که خود و اهل بیت خود را ادب کنید... [۵] پس یکی از مهمترین مسئولیت‌ها و کارکردهای خانواده متعالی از نظر قرآن تلاش و کوشش در جهت تربیت، رشد و بالندگی یکدیگر است و این اولین و مهمترین گام برای دستیابی به خانواده‌ای رشد یافته و متعالی است. از نگاه قرآن، خانواده، مدرسه محبت و دوستی است، آن گونه که فرموده است: و من آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجاً لکنوا الیها و جعل بینکم موده و رحمه ان فی ذلک لآیات لقوم یشکرون [۶] زن و مرد دو موجود ناقص و محتاج به یکدیگرند و از مجموع آن دو واحدهای تام و تمام درست می‌شود و به دلیل همین نقص و احتیاج است که هر یک به سوی دیگری حرکت می‌کند و چون بدان رسید آرام می‌شود، زیرا هر ناقصی مشتاق کمال و هر محتاجی مایل به زوال حاجت و فقر خویش است...» [۷] لذا اولین نکته‌ای که از این آیه دانسته می‌شود دست‌یافتن به مقام سکونت و آرامش و نشاط است. خانواده‌ای از منظر قرآن متعالی است که ضامن فراهم شدن زمینه مناسب برای دستیابی به آرامش باشد و این مهم حاصل نخواهد شد مگر با تلاش و کوشش بیشتر در جهت تعالی و تکامل دوسویه با وجود تفاوت‌های طبیعی و ذاتی. یکی از روشن‌ترین جلوه‌گاه‌ها و موارد خودنمایی مودت و رحمت، جامعه کوچک خانواده است، چون زن و شوهر در محبت و مودت ملازم یکدیگرند و این دو با هم و مخصوصاً زن، فرزندان کوچکتر را رحم می‌کنند. [۸] بیشترین نقش را در ساماندهی جامعه آماری انسانی دارد و مؤثرترین عامل پرورش انسان‌های شایسته و کارآمدترین ابزار پیشبرد اهداف فردی، اجتماعی و مادی و معنوی است. خداوند متعال در این آیه، مهر و محبت را از آثار قدرت و نعمت‌های بزرگ برشمرده است. همه انسان‌ها نیازمند شادی و نشاط، دوستی و محبت هستند و این همه هنگامی قابل دسترسی است که به انسان آموزش داده شود تا امید به زندگی بهتر و نشاط اجتماعی در وی نهادینه گردد. در روانشناسی مثبت‌گرا هر جستجویی درباره‌ی امیدواری، تعریف امیدواری و مصداق‌های امیدواری در زندگی دیر یا زود، به نام اسنایدر (Snyder) می‌رسد. همان کسی که پرسشنامه امید را طراحی کرده است.

کریستوفر پترسون هم در مقاله‌ای که به بررسی خوش‌بینی و امید می‌پردازد، تعریف امید را بر اساس چارچوب پیشنهادی اسنایدر

حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ [۱۶]

لذا اولویت اول در خانواده این است که افراد در ابتدا به مسئله خودشناسی پرداخته سپس در خصوص جهان خارج از وجود خویش اندیشه نمایند زیرا اگر انسان خویش را آنچنان که هست بشناسد و مقام و موقع خود را در عالم وجود درک کند به کرامت ذاتی خود پی برده و این موجب افزایش اعتماد به نفس شده و اثر مثبتی بر روابط او با دیگران بر جای می گذارد، اما از مهمترین شیوه تقویت تفکر، از دیدگاه قرآن تقوی است [۱۷] خداوند می فرماید: «یا ایها الذین آمنوا اتقوا الله يجعل لكم فرقاناً» [۱۸] ای ایمان آورده ها، اگر تقوی پیشه کنید خدا برای شما، فرقان قرار می دهد. فرقان در رأی و نظر، جدا کردن فکر صحیح است از فکر باطل، همه اینها نتیجه و میوه ای است که از درخت تقوی به دست می آید» [۱۹] جدا کردن فکر صحیح از فکر باطل، که حاصل آن تقوی است از عوامل مؤثر در ایجاد خانواده ای متعادل است. اعضای خانواده متعادل افکار و اندیشه های ناصحیح مثل بدبینی، خودبزرگ بینی، احساس حقارت، تنفر و... را از خود دور می کنند و تفکرات مثبت را در خود پرورش می دهند. حسن ظن یکی دیگر از مصادیق مثبت اندیشی یا همان فکر مثبت است. تفکر مثبت در خانواده یعنی توجه به جنبه های مثبت زندگی، توجه به اعمال، گفتار، افکار و نشاط دیگران و ارائه تفسیرها و تعبیرهای مثبت از آنها. شهید مطهری، منابع تفکر مفید در اسلام را با ارائه شواهدی از آیات شریفه قرآن چنین بیان می نماید.

۱- طبیعت: آیات بسیاری امور محسوس طبیعت را به عنوان موضوع تفکر یاد کرده است  
قُلْ انظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا تُعْنِي الْآيَاتُ وَالنُّذُرُ عَنْ قَوْمٍ لَا يُؤْمِنُونَ [۲۱]

۲- تاریخ: فَذُحَلَّتْ مِنْ قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكْذِبِينَ [۲۲]

۳- ضمیر انسان (انفس در مقابل آفاق یعنی جهان درون در مقابل جهان بیرون) سُرِّيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ حَتَّىٰ يَتَبَيَّنَ لَهُمْ أَنَّهُ الْحَقُّ أَوَلَمْ يَكْفِ بِرَبِّكَ أَنَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ [۲۳]

روش دیگر تفکر در خانواده متعالی تفکر معطوف به زمان یا به عبارتی مدیریت زمان است، زمان با ارزشترین و گرانبهارترین سرمایه و حیاتی ترین نعمتی است که در اختیار هر انسانی است که تلف شدن آن ضایعات جبران ناپذیری به بار می آورد. نگرش صحیح نسبت به زمان و مدیریت آن، گام بزرگ در مسیر تبدیل شدن به خانواده ای متعالی است. تفکر معطوف به زمان در خانواده موجب به حداکثر رساندن کارایی، افزایش میزان انرژی و امید به زندگی و کاهش فشارهای روانی، ارتقای دانش، نگرش و رفتار شخصی در جهت بهره برداری مناسب تر از عمر است. یکی از نتایج مهم تفکر معطوف به زمان در واقع نوعی دوراندیشی است که در زبان روایات از آن به «جزم» تعبیر شده و از آثار آن به خوبی انجام شدن کارهاست. از دیگر نیازهای روحی و فطری انسان است شادابی و نشاط است که در بسیاری از جنبه های حیاتی انسان نقش مؤثری ایفا می کند.

۲-اصل شادابی و نشاط و آرامش

مطرح می کند. فرد لوتانز (Fred Luthans) هم در کتاب معتبر خود با عنوان سرمایه روانشناختی (Psychological Capital)، امید را با اشاره به تعریف شنايدر، توضیح می دهد و تحلیل می کند. در پرسشنامه ی شنايدر امیدواری حالت انگیزشی مثبت و شامل تعامل دو مولفه راهیابی و اراده است [۹] راهیابی به معنی ظرفیت پیدا کردن مسیرها به سمت هدف، و اراده یعنی انگیزه برای پیمودن آن مسیرها است [۱۰] راهیابی و اراده، هم افزایی و عملکرد متقابل دارند، اما مترادف هم نیستند و نمی توانند امیدوار را به عنوان مولفه ای واحد تعریف کنند [۱۱] و اگر هر کدام از این دو مولفه وجود نداشته باشند، دستیابی به هدف غیرممکن می شود. یافتن راه های متفاوت، به ویژه موقع بروز موانع بر سر راه اهداف، اهمیت می یابد؛ و اراده، برای پیمودن هر مسیری و رسیدن به هر هدفی، به ویژه برای غلبه بر موانع لازم است [۱۲].

ارتباط با جهان وحیانی و دانش نامتناهی، سخنان و مفاهیم والای الهی این روحیه را در وجود انسان احیا نموده، نکاتی راهبردی را به وی پیشنهاد می کند که در این مقال به ۳ اصل اساسی از آن پرداخته شده است.

۱-اصل تفکر و اندیشه ورزی

اندکی تأمل در قرآن نشان از آن دارد که تفکر یکی از ویژگی های اساسی کسانی است که به دنبال ایجاد خانواده متعالی هستند. تفکر و تدبر از اموری است که در سیره ی نبوی درخششی خاص دارد و تجلی این درخشش بر کسی پوشیده نیست. تفکر اساس حیات انسانی است زیرا انسانیت انسان و ادراک او از عالم و آدم و پروردگار عالمین و اتصالی که با حق برقرار می کند به نحوه ی فکر کردن او مربوط می شود. از طریق تفکر استعدادهای انسان بروز و ظهور پیدا می کند و انسان می تواند در مسیر کمال گام های مؤثری بردارد. دانایی ثمره ی تفکر است و علم نورانی نتیجه تفکر حقیقی، خداوند نیز در برتری عالمان حقیقی می فرماید: يرفع الله الذين آمنوا منكم و الذين اتوا العلم درجات [۱۴]. «خداوند کسانی را که ایمان آورده اند و کسانی را که علم به آنان داده شده درجات عظیمی می بخشد؛ و خداوند به آنچه انجام می دهید آگاه است!».

اما آیا تفکر در خانواده متعالی چه نقشی ایفا می کند. اعضای خانواده متعالی چگونه و به چه می اندیشند و اساساً کیفیت تفکر در این گونه خانواده ها به کدامین گونه است. از دیدگاه مطهری خانواده متعالی خانواده ای است که اعضای آن یکدیگر را تشویق و ترغیب نمایند تا در آسمان ها و زمین و آنچه در آن هست با زاویه دید گسترده تری بنگرند و آنچه را در ژرفای این نعمت ها نهفته است را استنباط نمایند. جریان تفکر و قتی ممکن است که علم و آگاهی در کار باشد. اگر انسان تفکر کند و اطلاعاتش ضعیف باشد مثل کارخانه ای است که ماده خام ندارد یا ماده خامش کم است. [۱۵] خانواده ها باید تلاشی مستمر و مداوم در جهت رشد اندیشه و فکر فرزندان داشته باشند و سیر فکر فرزندان را به این سوی سوق دهند تا ملکوت اشیاء را بنگرند، که نتیجه آن دستیابی به توحید و تقویت ایمان و اعتقادات مذهبی و نشاط آنان است. بدان سان که خداوند می فرماید: سُرِّيهِمْ آيَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ

تعلق خانوادگی. این تقسیم‌بندی این سؤال را در ذهن تداعی می‌کند که: «چگونه یک فرد نیازش به احساس تعلق و پیوند با دوستانش را در مدرسه یا محیط کار یا با خانواده و اجتماع برآورده می‌کند؟». به اعتقاد گلاسر، نداشتن رابطه و پیوند عاطفی، یا وجود روابط ناخشنود یا رابطه‌ای که در آن رضایتی وجود ندارد، ریشه اصلی تمام مشکلات پایدار روان‌شناختی در افراد است [۲۶]

به اجتماع آمیخته و همراه شده است؛ زیرا زندگی بالنده و حقیقی، زیستن با دیگران و شریک بودن در لذت‌ها و شادی‌های آنان است. بزرگ‌ترین مجازات برای فرزندان، زندان انفرادی است، زیرا آنها را از دوستان و هموعان دور می‌کند. شکسپیر می‌گوید: «دوست خوب و مصاحب با او، گاه از داروی آرام‌بخش نیز مؤثرتر است. اگر دوست صمیمی پیدا کردی، او را مانند قلاب آهنین به خود وصل کن». همچنین سقراط می‌گوید: «مردم هر یک آرزویی دارند؛ یکی مال و ثروت می‌خواهد و دیگری افتخار و مقام، ولی به عقیده من، دوست خوب از تمام اینها بهتر است» [۲۷] عصری که ما در آن زندگی می‌کنیم به کلی متفاوت از زمان‌های گذشته است. پدیده‌های جدید متنوع و به هم پیچیده آنچنان فراوان و نو به نو شده‌اند که دانایی‌ها، توانایی‌ها و امکانات را اجتناب‌ناپذیر می‌کند. البته این دانستی‌ها و مهارت‌ها باید قادر باشند امنیت روانی و احساس زیبایی‌دوستی را در مواجهه با مشکلات زندگی تضمین کنند. در روند استفاده از امکانات در راه مقابله منطقی و فراگیر مسایل دنیای جدید به خصوص نگرش‌های جوانان باید از اصول بهداشت روانی استفاده نمود، چرا که نوجوانان نیازمند فضای شاد برای شاداب زیستن هستند. [۲۸]

سبک زندگی مطلوب که باعث ایجاد شادابی و نشاط در جوانان گردد، سبک زندگی است که متناسب با تعالیم و آموزه‌های اسلامی در چهارچوب دیدگاه ارتباطی تنظیم شده باشد. دیدگاه ارتباطی دیدگاهی روان‌شناختی از شخصیت انسان است که بر اساس آن شناخت شخصیت از طریق شناخت نوع ارتباط‌هایی که فرد با خود، خداوند، دیگران و طبیعت برقرار می‌کند میسر می‌شود. این دیدگاه با یک رویکرد تحولی نوع ارتباط‌های چهارگانه فوق را در مراحل مختلف رشد تشریح و جهت‌گیری‌های فرد را معین می‌سازد. در سبک زندگی مطلوب و متناسب با ارزش‌های اسلامی فرد باید به تمام روابط چهارگانه (ارتباط با خدا، ارتباط با خود، ارتباط با دیگران و ارتباط با طبیعت) توجه داشته باشد. شناخت نسبت به خود به این معناست که یک نگرش واقع‌بینانه از ضعف‌ها و توانایی‌های خود داشته باشیم و با تکیه بر توانایی‌ها و استعداد‌های خود تلاش کنیم ارتباط بهتری با خداوند برقرار کنیم. وقتی ارتباط ما با خداوند بهینه شد و در متن زندگی خود این ارتباط را به شکل مستمر، دائمی و برای هر لحظه تعریف شد، این رابطه وابستگی و دلبستگی به خداوند ایجاد می‌کند و فرد تلاش می‌کند دستورات الهی را به نحو مطلوب انجام دهد.

در هر یک از ارتباط‌ها فرد باید مولفه‌هایی را مورد توجه قرار دهد: در رابطه‌ی فرد با خود لازم است تعامل سازنده با دیگران و با طبیعت و با خدا تحت تاثیر کمیت و کیفیت ارتباط با خود قرار گیرد.

آیین اسلام موضوع شادابی و نشاط را نیز مورد توجه قرار داده و وجود آیات قرآنی و احادیث و روایات نبوی حاکی از اهمیت موضوع شادی از منظر این آیین است. اسلام، به مقوله خوشی و شادمانی توجه ویژه دارد. شادی همسو با چارچوب‌های شرعی، منطقی و دور از افراط و تفریط، از شاهکارهای اسلام است. اسلام بهره‌گیری از شادی را آموزش می‌دهد؛ تا جایی که برای تبسم به چهره اهل ایمان و دیگران پاداش قرار داده است و به این ترتیب، به شادی عمق بخشیده، آن را پایدار می‌نماید. قرآن کریم شادابی و نشاط را لازمه زندگی مؤمنانه دانسته و توصیه می‌کند که مؤمن باید از نعمت‌های الهی لذت برده و شاد باشد: «قُلْ بَقُّضُ اللَّهِ وَ بَرَحْمَتِهِ قَبْدَلِكُ فَلْيَقْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ» بگو: به فضل و رحمت خدا باید خوشحال شوند که این، از تمام آنچه گردآوری کرده‌اند، بهتر است». آرامش دیگر گوهر نایاب و مهم‌ترین نیاز انسان است که انسان همواره در جستجوی آن بوده و برای به دست آوردنش تلاش و کوشش می‌نماید. احساس امنیت و آرامش از مهم‌ترین ویژگی‌های انسان سالم به شمار می‌رود، زیرا او در سایه این آرامش می‌تواند به رشد و کمال برسد (پوریا ۱۳۹۳، ص ۴۳) قرآن به گونه‌ای زیبا به موضوع آرامش پرداخته و عوامل مؤثر بر آرامش روح و روان را به انسان معرفی نموده و قرآن از خود به عنوان نسخه شفابخش برای جان‌های دردمند مؤمنان، یاد کرده و می‌فرماید: «و نزل من القرآن ما هو شفاء و رحمه للمؤمنین و لا یزید الظالمین الا خساراً» [۲۴]

و این قرآن را که برای مؤمنان شفا و رحمت است، نازل می‌کنیم، ولی کافران را جز زیان نینفزاید.

### ۳- اصل ارتباط سازنده با دیگران

روابط مثبت و سازنده با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصیتی، دوست داشتن دیگران و زندگی از مولفه‌های شادکامی و نشاط هستند. [۲۵] ارتباط فرایندی است که در آن اطلاعات و احساسات مبادله می‌شود و مانند یک خیابان دو طرفه است که اصول و قواعدی دارد که اگر رعایت نشوند پیوند اعضای خانواده مناسب نخواهد بود و در خانواده‌ای که اعضای آن ارتباط نداشته باشند، محبت، صمیمیت و عشق نیز بین افراد خانواده به وجود نمی‌آید. در صورت برقراری ارتباط مؤثر بین اعضای خانواده است که زمینه رشد و شکوفایی استعداد‌های خانواده به‌ویژه فرزندان مهیا می‌شود پنج نیاز اساسی انسان براساس تئوری انتخاب:

- نیاز به بقا
- نیاز به عشق و احساس تعلق و معنویت
- نیاز به قدرت (موفقیت، ارزشمندی شخصی، شهرت)
- نیاز به آزادی و خودمختاری
- نیاز به تفریح می‌باشد.

نیاز به احساس تعلق و پیوند عاطفی داشتن با دیگر افراد، نیازی است که در همه انسان‌ها وجود دارد، گلاسر در مفهوم سلامت روانی فرد به اهمیت روابط متقابل بین افراد تأکید دارد. به اعتقاد گلاسر، نیاز به تعامل با دیگران و داشتن رابطه صمیمانه یکی از نیازهایی است که باعث صدور رفتار در ما می‌شود. در مشاوره برای آموزش مفهوم نیاز به احساس تعلق سه حالت اصلی می‌توانیم در نظر بگیریم: احساس تعلق اجتماعی، احساس تعلق شغلی و احساس

می‌توان عناصر اصلی تشکیل خانواده را زن و مردی دانست که مطابق آداب و رسوم اجتماعی خویش، زندگی را در کنار همدیگر آغاز می‌کنند و احتمالاً فرزندان به جمع آنها افزوده می‌گردد و هدف از تشکیل آن در منطق قرآن، آرامش انسان، دوستی و مهربانی، ایمان به پروردگار و شکر نعمت‌های او معرفی شده است.

سبک زندگی یعنی رفتار اجتماعی و شیوه‌ی زیستن که آشنایی با آن، از دو جهت معنوی (برای رسیدن به هدف اصلی انسان یعنی رستگاری، فلاح و نجات) و مادی (زندگی راحت و برخوردار از امنیت روانی و اخلاقی) برای انسان ضرورت دارد؛ علاوه بر این که شرط رسیدن به تمدن اسلامی می‌باشد.

خداوند در بیان مصادیق خانواده متعالی در قرآن کریم، اغلب به ذکر خانواده پیامبران پرداخته است و از میان غیر پیامبران، فقط به خانواده لقمان حکیم اشاره کرده است.

اهم مصادیق خانواده متعالی قرآن را با نگرش سبک زندگی می‌توان در قسمتی از سرنوشت آدم و حوا، حضرت ابراهیم، حضرت یعقوب، حضرت یوسف، حضرت موسی، حضرت شعیب، اسماعیل صادق الوعد، حضرت مریم و فرزندش عیسی، حضرت زکریا و یحیی (علیهم السلام) و حضرت محمد (صلی الله علیه و آله و سلم) برشمرد که با تفصیل یا اجمال در آیات به آنها اشاره شده است.

سبک زندگی حضرت ابراهیم (علیه السلام) در ارتباط با خانواده در چهار مقطع قابل تحلیل است: برخورد با عمویش آذر، تعامل با همسرش، همکاری با فرزندش اسماعیل و توصیه و دعا برای فرزندان و ذریه.

سبک زندگی و شیوه زیست در روابط خانوادگی حضرت یعقوب (علیه السلام) جایگاه خاصی دارد از جمله در ایجاد صمیمیت بین پدر و فرزند، تلاش برای سازش دادن میان برادران و جلوگیری از اختلافات، پناه به خدا و صبر در برابر مصیبت، دلسوزی برای فرزندان و دعا در حق فرزندان گناهکار ولی نادم.

نحوه ارتباط بین برادران با نگرش توحیدی سبک زندگی را می‌توان در تعامل یوسف با برادران مشاهده کرد از جمله در سکوت در برابر تهمت علی رغم توان انتقام و برخورد کریمانه در برابر کارهای زشت.

تعامل حضرت موسی (علیه السلام) در آیات قرآن با خواهر بزرگتر از خود، برادرش هارون و برخورد با همسرش از جمله مصادیق مهم سبک زندگی آن حضرت می‌باشد.

با توجه به اینکه شادی و نشاط خانواده‌ها به دورا هرگونه استرس می‌تواند عامل مهمی در زندگی باشد. در این پژوهش به بررسی رابطه بین سطح امید در زندگی و نشاط درونی خانواده‌ها با قرائت وانس با قرآن در خانواده متعالی بامدل مفهومی تحقیق پرداخته شد

خود شناسی فرایند مواجهه فرد با خویش است. امام علی (ع) فرمودند بهترین معرفت برای انسان خوش شناسی است همچنین بهترین تعقل فکر در خودشناسی است.

انسان از خودشناسی به خداشناسی می‌رسد. در رابطه ی فرد با خدا انسان باید نسبت خود را با خداوند دریافته و متناسب با این نسبت و رابطه، به وظایف خود عمل کند. قرآن می‌فرماید: «ای انسان ما تو را خلق کردیم. از ذات تو آگاهییم، جایگاه تو جایگاه رفیعی است.» از وسایلی که انسان را به خدا نزدیک می‌کند و سبب شرافت و کرامت و منزلت در پیشگاه خدا می‌گردد قرآن کریم است. در قرآن کریم، توسل به اسماء الهی و صفات او در مقام دعا توصیه شده است «و لله الاسماء الحسنی فادعوه بها» [۲۹] (اسماء حسنا ویژه خداوند است پس خداوند را به وسیله آنها به خوانید)

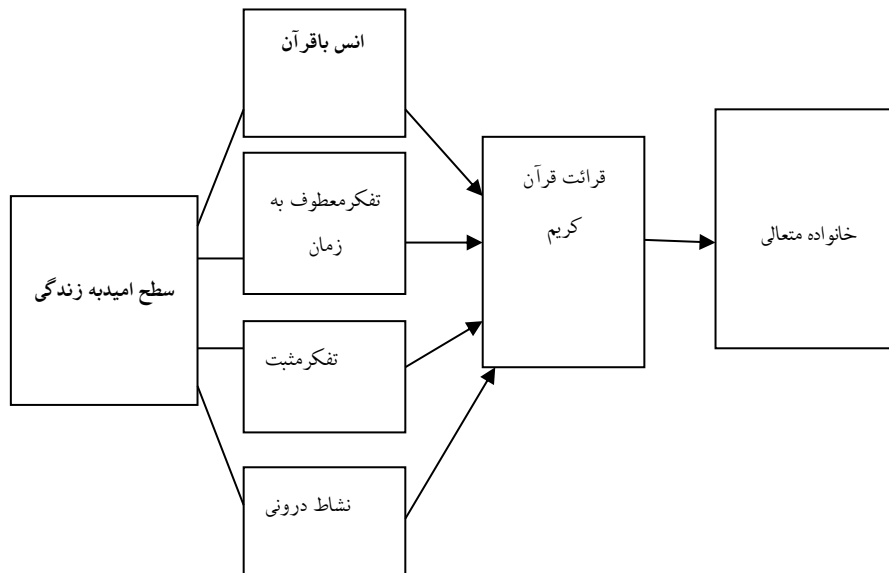
و اما برای ایجاد ارتباط روحی و پیوند عاطفی با قرآن، نیاز به نزدیک کردن فضای روح و ذائقه به فضای قرائت قرآن است. راه ایجاد چنین رابطه و زمینه چند چیز است :

۱- سعی نمودن در درک معانی و مفاهیم قرآن، برای تشخیص یا تطبیق آهنگ قرائت با آیات قرآن .

۲- هم‌نشینی با قاریان برای نزدیک ساختن افق روح و ذائقه خود به افق روح و ذائقه آنان .

۳- زدودن حجاب‌های دل مشغولی، غفلت، حواس پرتی، نگرانی، اضطراب، تعجیل و غیره [۳۰] نزول مبارک قرآن به این جهت است که در آیاتش تدبیر کنند، آهنگ قرائت با تحریک قوای تخلیلیه و عاقله و تجسم بخشیدن به مفاهیم آیات مقدمات تدبیر و تفکر در آیات قرآن را فراهم می‌کند. بعضی از محدثان نیز به جنبه تأثیر آهنگ قرائت، در تنبیه دل و تمرکز حواس و نشاط و شادابی خواننده یا شنونده قرآن توجه داشته‌اند. برای نمونه حافظ نووی می‌گوید: «قرائت با صدای قرآن، از قرائت بی‌صدا بهتر است، زیرا کار بیشتری می‌برد و فایده‌اش به شنوندگان نیز می‌رسد و دل قاری قرآن را بیدار می‌سازد و زمینه فکر و اندیشه را فراهم می‌کند. گوش قاری نیز از قرائت خود بهره‌مند و خود نیز از قرائتش لذت می‌برد و خواب و کسالت را برده و بر نشاط و شادابی قاری قرآن می‌افزاید. [۳۱] بنابراین نقش دین و راهکارهای پیشنهادی آن عاملی مؤثر بر سلامت روانی افراد جامعه است و می‌توان در گرو اعتقادات و اعمال صالح و اخلاقی پسندیده، به آرامش روانی دست یافت. ثمره این اعتقادات در انسان، اهداء زندگی شاداب است. برای رفع اضطراب و فشار روحی و رسیدن به آرامش روانی باید با انطباق با وضع موجود و موقعیت جدید، اضطراب را کاهش داد. در حقیقت، پیام مهم این اصل عبارت از انعطاف پذیری انسان در برنامه ریزی زندگی، جهت کاستن از فشار روانی و حرکت در مسیر زندگی طبیعی و بازگشت به حالت طبیعی است. [۳۲]

«خانواده‌های متعالی» را می‌توان خانواده‌ای دانست که روابط بین اعضای آن، بر اساس اندیشه توحیدی بنا نهاده شده باشد.



شکل ۱. مدل مفهومی تحقیق در خصوص رابطه بین سطح امید به

مقدار I منفی شد یعنی اینکه دو متغیر در جهت عکس هم عمل می کنند یعنی با افزایش مقدار یک متغیر مقادیر متغیر دیگر کاهش می یابد و برعکس. اگر مقدار بدست آمده صفر شد نشان می دهد که هیچ رابطه ای بین دو متغیر وجود ندارد و اگر +۱ شد همبستگی مثبت کامل و اگر -۱ شد همبستگی کامل و منفی است.

ب) رگرسیون چند گانه (گام به گام): در روش رگرسیون گام به گام اولین متغیر پیش بین بر اساس بالاترین ضریب همبستگی صفر مرتبه با متغیر ملاک وارد تحلیل می شود. از آن پس سایر متغیرها پیش بین بر حسب ضریب همبستگی تفکیکی (جزئی) و نیمه تفکیکی (نیمه جزئی) در تحلیل وارد می شود. در این روش پس از ورود هر متغیر جدید ضریب همبستگی نیمه تفکیکی یا تفکیکی، تمام متغیرهایی که قبلاً در معادله وارد شده اند به عنوان آخرین متغیر ورودی مورد بازبینی قرار می گیرد و چنانچه با ورود متغیر جدید معنی داری خود را از دست داده باشد، از معادله خارج می شود. به طور کلی در روش گام به گام ترتیب ورود متغیرها در دست محقق نیست. برای آزمون مدل مفهومی از مدل معادله ساختاری استفاده می شود. در تحقیقاتی که هدف، آزمون مدل خاصی از رابطه بین متغیرها است، از تحلیل مدل معادلات ساختاری یا مدل های علی استفاده می شود. در این مدل داده ها به صورت ماتریس های کواریانس یا همبستگی درآمده و یک مجموعه معادلات رگرسیون بین متغیرها تدوین می شود. چنانچه در مدل برای هر متغیر از بیش از یک نشانگر استفاده شود، مدل شامل مولفه اندازه گیری نیز می شود. تحلیل مدل معادلات ساختاری برآوردهایی از پارامترهای مدل (ضرایب مسیر و جملات خطا) و چند شاخص نیکویی برازش فراهم می آورد.

ج) آزمون تحلیل واریانس چند راهه: برای آزمون تفاوت معنی دار بین چند میانگین، یعنی زمانی که متغیر مستقل از دو سطح بیشتر باشد، از آزمون تحلیل واریانس چند راهه استفاده می گردد. همچنین از تکنیک معادلات ساختاری و از نرم افزار لیزرل ۱ که یکی

زندگی و نشاط درونی با قرائت و انس باقرآن در خانواده متعالی فرضیه های این تحقیق مبتنی بر آن است که بین سطح امید به زندگی مبتنی بر ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف به زمان، تفکر مثبت و نشاط درونی) و قرائت قرآن کریم و بهبود خانواده ها به سمت خانواده متعالی، رابطه معناداری وجود دارد و قرائت قرآن کریم، رابطه بین ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف به زمان، تفکر مثبت و نشاط درونی) سطح امید به زندگی را با بهبود خانواده متعالی، میانجی گری می کند و روش پژوهش نیز توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه خانواده های شهر اصفهان در سال ۱۳۹۳-۱۳۹۴ تشکیل داده اند. روش نمونه گیری، خوشه ای چند مرحله ای بوده که نهایتاً تعداد ۲۱۵ نفر از خانواده های دانش آموزان متوسطه شهر اصفهان بطور تصادفی برای تحقیق انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات از دو روش کتابخانه ای و میدانی استفاده شده است. ابزار تحقیق سه پرسشنامه استاندارد و محقق ساخته است: ۱- پرسشنامه سطح امید به زندگی اشنایدر (۱۲ گویه) ۲- پرسشنامه محقق ساخته قرائت قرآن کریم دارای ۱۰ گویه ۳- پرسشنامه محقق ساخته خانواده متعالی شامل ۱۴ گویه که بر حسب ۵ درجه ای لیکرت (خیلی زیاد، زیاد، متوسط، کم و خیلی کم) تنظیم و درجه بندی شده و برای تأمین روایی پرسشنامه ها به لحاظ محتوا از نظر متخصصان استفاده شده که پایایی آن نیز بر اساس فرمول کوکران با ضریب ۰/۸۹ و برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از دو روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چند گانه گام به گام استفاده بعمل آمده است. که روش پژوهش به صورت اختصار در توضیح درسه بند آورده شده :

الف) ضریب همبستگی پیرسون: این ضریب میزان همبستگی بین دو متغیر فاصله ای یا نسبی را محاسبه کرده مقدار آن بین +۱ و -۱ می باشد اگر مقدار بدست آمده مثبت باشد به معنی این است که تغییرات دو متغیر به طور هم جهت اتفاق می افتد یعنی با افزایش در هر متغیر، متغیر دیگر نیز افزایش می یابد و برعکس اگر

1. Lisrel

ازمشهورترین نرم افزارها جهت مدل سازی است، به منظور آزمون فرضیه هابا هدف سنجش روابط همزمان، مستقیم یا غیرمستقیم میان متغیرها استفاده شده است.

فرضیه اول  
۱. بین سطح امید به زندگی مبتنی بر ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف به زمان، تفکر مثبت و نشاط درونی) و قرائت قرآن کریم و خانواده متعالی ادراک شده، رابطه معناداری وجود دارد.

یافته ها

جدول ۱. رگرسیون چندگانه گام به گام در خصوص پیش بینی خانواده متعالی ادراک شده بر اساس سطح امید به زندگی مبتنی بر ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف به زمان، تفکر مثبت و نشاط درونی).

sig	F	$\Delta R^2$	$R^2$	R	sig	t	$\beta$	.Sted error	$\beta$	
										مرحله اول
										ضریب ثابت
.۰۰۰۱	۴۱۲/۴۶	.۰/۴۳	.۰/۲۱۲	.۰/۴۶۱	.۰۰۰۱	۳/۴۹۱	.۰/۳۹۳	.۰/۳۴۲	۳/۳۵۱	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۳/۵۸۲		.۰/۳۱۶	۴/۳۱۵	مبتنی بر انس باقرآن
										مرحله دوم
										ضریب ثابت
.۰۰۰۱	۶۴۳/۵۳	.۰/۵۲۴	.۰/۲۷۷	.۰/۵۲۷	.۰۰۰۱	۳/۳۱۸	.۰/۵۲۹	.۰/۲۴۳	۷/۶۲۴	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۴/۵۳۶	.۰/۳۷۶	.۰/۳۷۶	۳/۴۶۸	مبتنی بر انس باقرآن
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۵/۳۹	.۰/۶۳	.۰/۶۳۸	۴/۴۲۵	سطح امید به زندگی
										مبتنی بر تفکر معطوف

جدول ۲، مسیرهای آزمون شده در الگوی معادله ساختاری

										مرحله سوم
										ضریب ثابت
.۰۰۰۱	۴۷۱/۶۴	.۰/۶۳۹	.۰/۱۹	.۰/۴۳۶	.۰۰۰۱	۳/۳۴۷	.۰/۴۱۳	.۰/۴۲۷	۳/۵۳۷	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۳/۵۲۱	.۰/۷۳۲	.۰/۳۴۹	۵/۸۳۲	مبتنی بر انس باقرآن
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۳/۶۳۶	.۰/۳۷۳	.۰/۴۸۳	۳/۲۹۷	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۴/۷۲۷			۳/۹۰۵	مبتنی بر تفکر معطوف
										سطح امید به زندگی
										بر تفکر مثبت
										مرحله چهارم
										ضریب ثابت
.۰۰۰۱	۴۲۵/۳۷	.۰/۵۲۸	.۰/۲۸	.۰/۵۲۹	.۰۰۰۱	۶/۴۲۹	.۰/۳۵	.۰/۲۹۳	.۰/۵۴۵	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۴/۵۴۵	.۰/۳۸۳	.۰/۴۳۹	.۰/۳۸۱	مبتنی بر انس باقرآن
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۸/۳۹۱	.۰/۴۵۹	.۰/۲۳۶	.۰/۴۷۴	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۴/۲۲۴			.۰/۶۳۵	مبتنی بر تفکر معطوف
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۴/۲۲۴			.۰/۶۳۵	سطح امید به زندگی
.۰۰۰۱					.۰۰۰۱	۴/۴۵۵	.۰/۳۷۳	.۰/۲۴۲	.۰/۴۶۵	بر تفکر مثبت
										سطح امید به زندگی
										بر نشاط درونی

درصد واریانس خانواده های متعالی ادراک شده ، سطح امید به زندگی مبتنی بر تفکر معطوف، 29 درصد واریانس خانواده های متعالی ادراک شده، سطح امید به زندگی بر تفکر مثبت، 18 درصد واریانس خانواده های متعالی ادراک شده، و سطح امید به زندگی بر نشاط درونی 27 درصد واریانس خانواده های متعالی ادراک شده را تبیین کرده است.

فرضیه دوم

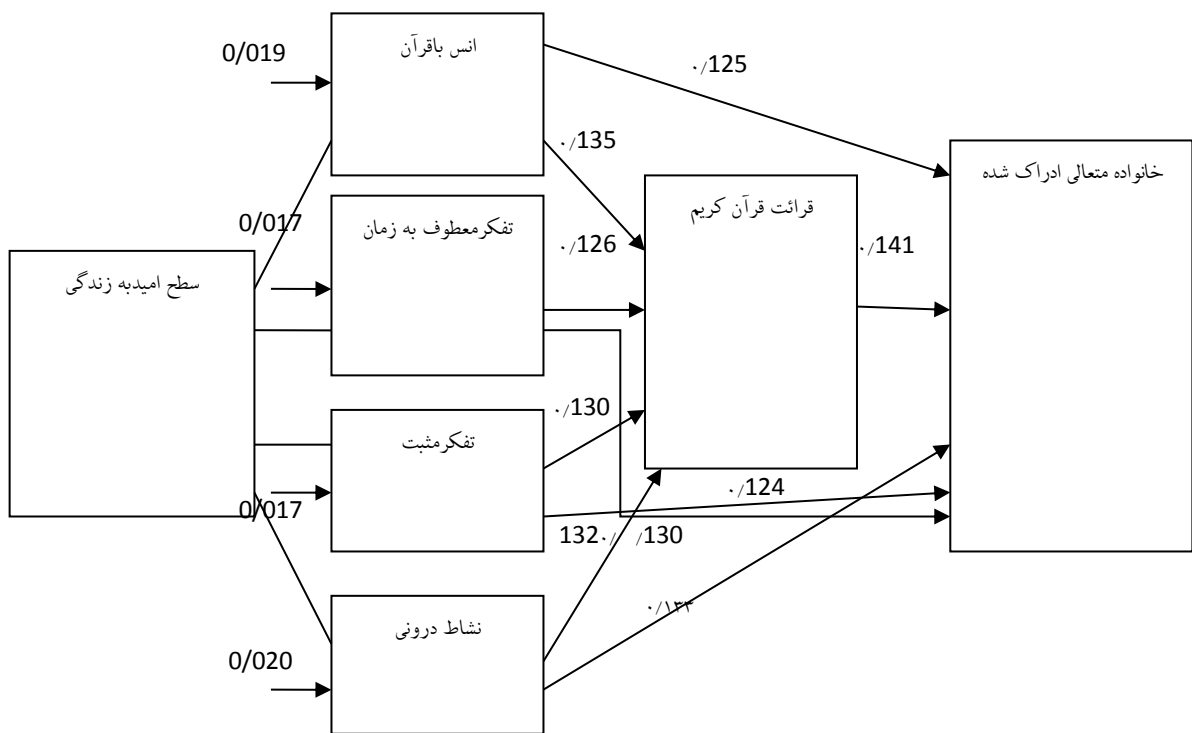
قرائت قرآن کریم، رابطه بین ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف به زمان، تفکر مثبت و نشاط درونی) سطح امید به زندگی را با خانواده متعالی ادراک شده، میانجی گری می کند.

بر اساس یافته های جدول فوق، بین سطح امید بر زندگی مبتنی بر ابعاد چهارگانه (انس باقرآن، تفکر معطوف، تفکر مثبت، نشاط درونی) و خانواده متعالی ادراک شده، در سطح  $p < 0.05$  رابطه معناداری وجود دارد. بر اساس ضریب بتا به ازای یک واحد افزایش سطح امید به زندگی مبتنی بر انس باقرآن، خانواده ی متعالی ادراک شده 68/0 واحد افزایش و به ازای یک واحد افزایش سطح امید به زندگی مبتنی بر تفکر معطوف ، خانواده متعالی ادراک شده 34/0 واحد افزایش، و به ازای یک واحد سطح امید به زندگی مبتنی بر تفکر مثبت، خانواده متعالی ادراک شده 38/0 واحد افزایش، و به ازای یک واحد سطح امید به زندگی مبتنی بر نشاط درونی، خانواده متعالی ادراک شده 45/0 واحد افزایش یافته است. نیز یافته های جدول فوق نشان داد، سطح امید به زندگی مبتنی بر انس باقرآن ، 22

قرائت قرآن کریم						متغیرهای پژوهش	ردیف
خانواده متعالی ادراک شده							
اثر کل	اثر غیر مستقیم	اثر مستقیم	اثر کل	اثر غیر مستقیم	اثر مستقیم		
0/141	0	0/141	0	0	0	قرائت قرآن کریم	۱
0/144	0/019	0/125	0/135	0	0/135	سطح امید به زندگی مبتنی بر انس باقرآن کریم	۳
0/141	0/017	0/124	0/126	0	0/126	سطح امید به زندگی مبتنی بر تفکر معطوف به زمان	۴
0/155	0/017	0/138	0/130	0	0/130	سطح امید به زندگی مبتنی بر تفکر مثبت	۵
0/153	0/020	0/133	0/132	0	0/132	سطح امید به زندگی مبتنی بر نشاط درونی	۶

جدول فوق نشان داد که اثر مستقیم قرائت قرآن کریم بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/141)، اثر قرائت قرآن کریم مبتنی بر انس باقرآن بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/125)، اثر سطح امید به زندگی مبتنی بر تفکر معطوف به زمان بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/124)، اثر مستقیم امید به زندگی مبتنی بر تفکر مثبت خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/138)، اثر امید به زندگی مبتنی بر نشاط درونی بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/133) بوده است. همچنین اثر غیر مستقیم امید به زندگی مبتنی بر انس باقرآن بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/019)، اثر غیر مستقیم امید به زندگی مبتنی بر تفکر معطوف بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/017)، اثر غیر مستقیم امید به زندگی مبتنی بر تفکر مثبت بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/017)، اثر غیر مستقیم امید به زندگی مبتنی بر نشاط درونی بر خانواده متعالی ادراک شده برابر با (0/020) بوده است.





شکل ۲. مدل تجربی تحقیق در خصوص رابطه بین سطح امید به زندگی با خانواده متعالی ادراک شده

جدول ۳. شاخص های مدل تجربی پژوهش

RMSEA	RMR	GFI	AGFI	P(value)	df	$\chi^2$
۰/۰۲۱۵	۰/۰۲۸	۰/۹۷	۰/۰۶۸	۰/۰۰۱۱۹	۷۷	۲۱۳/۱۵

ها و تنگدستی ها و گرفتاری ها دست او را می گیرد و یاریگر او است، باعث آرامش در موقعیت های تنش زا و افزایش امیدواری انسان خواهد شد؛ قرائت قرآن و توجه به معانی آن از موثرترین تکیه گاه های روانی برای فرزندان خانواده ها می باشد و قادر است برای لحظه لحظه ی زندگی معنا و غنا ایجاد کند و به زندگی انسان جهت دهد و به این ترتیب به افراد امید ببخشد.

حضرت امام (قدس سره) ضمن استناد به برخی روایات، می فرمود: مطلوب ترین نوع تلاوت قرآن، آن تلاوتی است که قرآن در اعماق قلب انسان تأثیر کند و باطن انسان صورت کلام الهی گردد و از مرتبه ملکه، به مرتبه تحقق رسد... آنجا که [معصوم] فرماید: «جوان مؤمن اگر قرائت قرآن کند، قرآن در گوشت و خون او وارد شود»، این کنایه از آن است که صورت قرآن در قلب مستقر و جایگزین گردد؛ به طوری که خود باطن انسان، کلام الله مجید و قرآن حمید گردد، به اندازه لیاقت و استعداد. کسی که خود را عادت داد به قرائت آیات و اسمای الهیه کتاب تکوین و تدوین الهی، کم کم قلب او صورت ذکری و آیه ای به خود گیرد و باطن ذات محقق به ذکر الله و اسم الله و آیت الله شود. چنانچه ذکر، به رسول اکرم (ص) و علی بن ابی طالب (ع) و اسماء حسنی، به ائمه هدی و آیت الله نیز به آن بزرگواران تفسیر و تطبیق شده است، آن ها آیات الهیه و اسماء الله حسنی و ذکر الله اکبرند.

براساس یافته های جدول فوق،  $RMSEA=0.215$ ،  $RMR=0.28$ ،  $GFI=0.97$ ،  $AGFI=0.68$ ،  $P(value)=0.00119$ ،  $\chi^2=213/15$ ،  $df=77$  بوده و بیانگر این است که مدل مورد مطالعه از برازش نسبتاً مطلوبی برخوردار بوده است.

### نتیجه گیری

آیین اسلام برای حفظ و حراست خانواده متعالی اهمیتی ویژه قائل است و همه دستورات درباره ی خانواده جهت تحکیم روابط خانوادگی، در آیات قرآن کریم تشریح گردیده تا خانواده در محیطی گرم و دور از هرگونه اختلاف بتوانند به وظائف محوله خود با صمیمیت و علاقه در چهار چوب مسئولیت مشترک عمل نمایند. براساس یافته های این پژوهش رابطه معناداری بین سطح امید به زندگی و نشاط درونی خانواده ها با قرائت و انس باقرآن در خانواده متعالی دانش آموزان شهر اصفهان وجود دارد که نتایج فرضیه اول این پژوهش با نتایج پژوهش (مردانی نوکنده، ۱۳۹۱ [۳۳]، و سعدی شاهرودی، ۱۳۸۱ [۳۴]، و رجبی، ۱۳۸۶ [۳۵]) و نتایج فرضیه دوم این پژوهش با مطالعات (قدیری، ۱۳۸۶ [۳۶] و بیلاق بیگی، ۱۳۹۰ [۳۷]، منصور، ۱۳۹۰ [۳۸]) همخوانی دارد. در تبیین این یافته های می توان گفت قرائت قرآن در خانواده های متعالی و اعتقاد به خداوندی که در همه حال در کنار انسان است و در سختی

- 26- Glaser, William, (Sahebi, Ali), 1998, Selection Theory, 34th Edition, Shadow of Speech, 1399. (142)
- 27- Kashefi, Mohammad Reza, Ain Mehrvarzi. (92)
- 28- Jafari, Batool (2011). A study of the relationship between Islamic lifestyle and self-esteem among high school students in Isfahan (21).
- 29- Holy Quran, A'raf / 18.
- 30- Saadi Shahrudi, Mohammad Javad, 2002, Faculty of Literature and Humanities, University of Tehran, Scientific-Research Journal, No. 164, (507).
- 31- Siouti, Jalal al-Din, Al-Atqana Fi Ummah al-Quran, Rahli, Beirut, Dar al-Ma'rifah, Bitā - Research: Mustafa Diba al-Bagha, Beirut, Dar Ibn Kathir, 1987, Dar al-Ma'rifah (p. 338, correction of Diba al-Bagha). (Vol. 1, p. 142).
- 32- Faiz al-Islam, Sayyid Ali Naqi, Termeh and Sharh Nahj al-Balaghah, vol. 6, Wisdom No. 16, Qom. (158).
- 33- Nokandi Mardani, Mohammad Hossein, 2012, What is the nature of happiness in the Quran and narrations and strategies for living happily, Habal Al-Matin Specialized Quarterly, Article 4, Volume 1, Number 1, Winter (65).
- 34- Saadi Shahrudi, Mohammad Javad, 2002, Faculty of Literature and Humanities, University of Tehran, Scientific-Research Journal, No. 164, (507).
- 35- Rajabi, Mahmoud, 2006, Anthropology, Imam Khomeini Educational and Research Institute, Qom Publications, (14).
- 36- Ghadiri, Mohammad Hossein, (2007). Happy life, thematic encyclopedia of Quran, Nasim Vahi Farvardin.
- 37- Yeilagh Beigi, Monk. Manshei, Gholamreza. (2011).
- 38- Mansoori, Khalil, (2011) Factors and Barriers to Peace in the Quranic Attitude, <http://www.samamos.com/Link/gborani/G39>.

## References

- 1- The Holy Quran, Furqan / 74.
- 2- The Holy Quran, Rome / 21.
- 3- The Holy Quran, Furqan / 74.
- 4- Holy Quran, boycott / 6.
- 5- Tabatabai, Mohammad Hussein, Volume 19, CD Shokooh Al-Anwar. (Vol. 19, p. 561).
- 6- Holy Quran, Rome / 21.
- 7- Tabatabai, Mohammad Hussein, Volume 19, CD Shokooh Al-Anwar. (Vol. 17, p. 285).
- 8- Tabatabai, Mohammad Hossein, Volume 16 19, CD Shokooh Al-Anwar. (Vol. 168-
- 9- Galiana, L., Oliver, A., Sancho, p., & Tomas, J. M. (2015). Dimensionality and validation of the dispositional hope scale in a Spanish sample. Soc Indic Res, 120: 297-308.
- 10- Schneider, a questionnaire for assessing life expectancy in individuals (45).
- 11- Pedrotti, J. T., Edwards, L., & Lopez, S. J. (2008). Promoting hope: Suggestions for school counselors. Professional school counseling, 12(2): 99-107.
- 12- Pacico, J. C., Bastianello, M. R., & Zanon, C. (2013). Adaptation and validation.
- 13- The Holy Quran, Controversy / 14.
- 14- Motahari, Morteza, 2001, collection of works, volume 2, man and faith, Sadra. (15).
- 15- Motahari, Morteza, 2001, Collection of Works, Volume 2, Man and Faith, Sadra. (145)
- 16-13- The Holy Quran, Chapter / 53.
- 17- Motahari, Morteza, 2001, collection of works, volume 2, man and faith, Sadra. (115)
- 18- Holy Quran, Anfal / 29.
- 19- Sharafi, Mohammad Reza, 2002, Top Thinking, Tehran, Soroush Publications (318).
- 20- Tabatabai, Volume 17, Shokooh Al-Anwar (Vol. 19, p. 318).
- 21- The Holy Quran, Younis / 101.
- 22- The Holy Quran, Al-Imran / 137.
- 23- The Holy Quran, Chapter / 23.
- 24- The Holy Quran, Isra / 82.
- 25- Alipour 1379; Panahi 1388). Human lifestyle, clinical psychology. [http://sabkezendegi\\_2.rozblog.com](http://sabkezendegi_2.rozblog.com)124(