



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد گرگان

شادی

در آئینه قرآن و روایات

زهرا خراسانی

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان

۱۳۹۷

سرشناسه	:	خراسانی، زهرا، ۱۳۴۷ -
عنوان و نام پدیدآور	:	شادی در آئینه قرآن و روایات/ زهرا خراسانی.
مشخصات نشر	:	گرگان: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرگان، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۲۶۰ ص.
شابک	:	۹۷۸-۹۶۴-۱۰۵۴۴۲-۹
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
یادداشت	:	کتابنامه
موضوع	:	شادی — جنبه‌های مذهبی — اسلام
موضوع	:	Cheerfulness -- Religious aspects -- Islam
موضوع	:	شادی — جنبه‌های قرآنی
موضوع	:	Cheerfulness -- Qur'anic teaching
شناسه افزوده	:	دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرگان
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۷ ش ۴/۸۸/خ BP۲۳۳۲
رده بندی دیویی	:	۲۹۷/۶۳۷
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۳۹۴۲۰۰

عنوان: شادی در آئینه قرآن و روایات

تألیف: زهرا خراسانی

ناشر: دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرگان

نوبت چاپ: اول

تاریخ نشر: ۱۳۹۷

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

قطع: وزیری

تعداد صفحه: ۲۶۰

قیمت: ۴۲۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۱۰۵۴۴۲-۹

امور توزیع و فروش: گرگان، بلوار شهید کلانتری، خیابان دانشگاه، دانشگاه آزاد اسلامی

کدپستی: ۴۹۱۴۷-۳۹۹۷۵ تلفن و نمابر: ۰۱۷-۳۲۳۳۳۲۹۲

فهرست مطالب

فصل اول: کلیات.....	۵
مقدمه.....	۶
مفهوم شادی و واژه‌های هم معنای آن.....	۸
دیدگاه‌ها درباره شادی.....	۱۱
دیدگاه نیکی‌گرایی.....	۱۵
دیدگاه فویرس.....	۱۶
دیدگاه شادمانی بتام.....	۱۸
دیدگاه شادکامی پائول پیرسکی.....	۲۱
دیدگاه شادکامی سلیگمن.....	۲۲
دیدگاه شادی آرگایل.....	۲۴
دیدگاه شادی فردریکسون.....	۲۵
دیدگاه بهزیستی (شادکامی) داینر و همکاران.....	۲۶
دیدگاه شادکامی ون‌هوون.....	۲۷
بخش اول: انواع شادی از نگاه قرآن و روایات.....	۳۱
الف) شادی بادام و پایدار.....	۳۱
سرور دائمی و پسنندیده.....	۳۲
پایداری شادی پسنندیده.....	۳۴
ب) شادی زودگذر و ناپایدار.....	۳۶
دلستگی به دنیای ناپایدار.....	۳۸
غم و اندوه ناشی از لذت کاذب.....	۴۲
بخش دوم: شادی و لذت از دیدگاه بعضی از فلاسفه.....	۴۷
مراتب شادمانی.....	۴۷
نفس ناطقه و کمال آدمی.....	۴۹
برتری لذت عقلی بر لذت حسی.....	۵۵

۵۸	رابطه لذت حقیقی با شادی پایدار
۶۰	موانع دستیابی به لذت حقیقی و شادی پایدار
۶۵	بخش سوم: شادی و سعادت حقیقی و درک لذت‌های معنوی
۶۵	سعادت حقیقی و درک لذت‌های معنوی
۶۸	سعادت و کمال آدمی
۷۵	رنج‌ها زمینه کامیابی
۸۰	انعکاس تلخی و ناکامی‌ها بر غم و شادی
۸۳	تلخی دنیا، شیرینی آخرت و شیرینی دنیا، تلخی آخرت است
۸۹	نتیجه‌گیری
۹۱	فصل دوم: مراتب نفس، خودشناسی و تحقق شادی
۹۲	درآمد
۹۷	بخش اول: نفس و خودشناسی
۹۷	مفهوم نفس
۹۹	اهمیت خودشناسی
۱۰۲	روح الهی و نفس ناطقه
۱۰۸	تبیین مسأله نفس و بدن
۱۱۴	حضور نفس در مراتب طبیعی بدن
۱۱۷	بخش دوم: مراحل فرح، حزن و رضامندی و ارتباط آن‌ها با مراتب نفس
۱۱۷	ارتباط نفس با شادی و غم و اندوه
۱۲۱	الف) مرحله فرح و یأس و ارتباط آن با نفس اماره
۱۲۵	ب) مرحله حزن و ارتباط آن با نفس لواحه
۱۲۸	ج) مرحله اطمینان و رضامندی (روح و ریحان) و ارتباط آن با نفس مطمئنه
۱۳۳	بخش سوم: تحقق شادی پایدار و حقیقی
۱۳۳	خودآگاهی و تحقق شادی
۱۴۵	خداآگاهی و تحقق شادی
۱۵۰	محبت آفرینی و پیوند با پروردگار و تحقق شادی

۱۵۴	منشأ محبت و عشق، معرفت است.....
۱۵۶	ایمان و تحقق شادی.....
۱۵۹	توبه و تحقق شادی.....
۱۶۵	امیداری و تحقق شادی.....
۱۷۴	نتیجه‌گیری.....
۱۷۷	فصل سوم: بازتاب شادی.....
۱۷۸	درآمد.....
۱۸۱	بخش اول: بازتاب شادی در توانمندی‌های جسمانی و معنوی.....
۱۸۱	بازتاب هیبت شادی در توانمندی جسمانی.....
۱۸۶	بازتاب شادی در توانمندی معنوی.....
۱۹۰	انس با پروردگار و شادی.....
۱۹۲	شکرگزاری و شادی.....
۱۹۴	دعا و شادی.....
۱۹۸	نشاط معنوی نیایش سحرگامی.....
۲۰۲	نشاط معنوی قرائت قرآن.....
۲۰۵	نشاط معنوی عبادت.....
۲۰۹	بخش دوم: بازتاب صبر، توکل و امیدواری در شادی.....
۲۰۹	صبر و شادی.....
۲۱۲	توکل و شادی.....
۲۱۶	رابطه توکل با امیدواری به درگاه الهی.....
۲۱۸	آسانی و گشایش پس از رنج و سختی.....
۲۲۵	بخش سوم: بازتاب شادی در نیکی‌خواهی مؤمنان.....
۲۲۵	شادی دیگران مایه شادمانی مؤمن.....
۲۳۰	با دیگران طوری رفتار کنید که دوست دارید با شما رفتار شود.....
۲۳۳	دفع بدی‌ها با خوبی‌ها.....
۲۳۵	نیکوکاری مایه شادی.....

۲۴۱	خوش رویی مایه شادی
۲۴۴	شوخی طبعی مایه شادی
۲۴۷	آراستگی ظاهر مایه شادی
۲۵۲	نتیجه گیری
۲۵۳	منابع (فارسی - لاتین)

www.ketab.ir

به نام حضرت دوست
که هر چه داریم ز یمن محبت اوست
(حافظ،

پیشگفتار

شادی یکی از مفاهیم مهم نیازهای آدمی است. انسان به طور فطری نیاز به شادی دارد. خوشحالی، سرحالی، خشنودی و لذت بردن از چیزهایی که برای او خیر به دنبال دارد، و او را به سوی کمال انسانی سوق می‌دهد. هم‌نین غم و شادی از مهم‌ترین احساسات، تمایلات و حالات انسان، و از واقعیت‌های اجتناب‌ناپذیر در زندگی افراد محسوب می‌شوند که در کنار یکدیگر معنا و مفهوم می‌یابند. انسان‌ها در تلاش و تکان هستند تا زمینه‌های شادی و نشاط را در زندگی خویش فراهم آورند اما در این مسیر، دچار غم و ناکامی، و غم و اندوه ناشی از آن‌ها و بروز عواطف منفی؛ شامل ناامیدی، استرس و اضطراب، از آینده، ترس از مرگ، بیماری و عوارض جسمی نیز می‌شوند.

خداوند متعال در جهان هستی، قرآن کریم را به عنوان برترین کتاب الهی برای تحول روحانی بشر و خوب زیستن عطا فرموده است.
در آیه شریفه آمده است:

«وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا» (اسراء/ ۸۲)

و ما آنچه برای مؤمنان مایه درمان و رحمت است از قرآن نازل می‌کنیم ولی ستمگران را جز زیان نمی‌افزاید.

از نگاه قرآن انسان موجودی تک ساحتی نیست و علاوه بر بُعد جسمانی دارای روح الهی است و شادی حقیقی گنجی است معرفتی که از مراتب کمال بوده و توأم با بهجت و سرور نامتناهی که از ثبات و پایداری برخوردار می‌باشد و دستیابی به این نوع شادمانی بر خورداری از قوای عقلانی و وصول به نفس مطمئنه است. شادی حقیقی آن است که از سوی خداوند بر قلوب مؤمنین پرتو افکننده است و راه رسیدن به این نوع شادی، تحصیل و عمل به اوامر و نواهی الهی در باب صفات پسندیده است.

خداوند متعال در آیه شریفه فرموده است:

«قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ» (یونس/۵۸)

بگو: به فضل و رحمت خداست که مؤمنان باید شاد شوند و این از هر چه گرد می‌آورند بهتر است. انسان با طرز وجود ملکوتی‌اش بر دیگر موجودات برتری و فضیلت دارد و از بُعد معنوی و روحی به آسمان می‌رسد.

این کتاب با عنوان شادی در آیین قرار دارد. روایات، مشتمل بر سه فصل است؛ فصل اول به‌طور کلی، به تعریف مفهوم شادی از دیدگاه انسان‌شناسان و اندیشمندان و فلاسفه اسلامی پرداخته است که در بخش اول این فصل؛ به تبیین انواع شادی از نگاه قرآن و روایات، و در بخش دوم به تبیین شادی و لذت از دیدگاه بعضی از فلاسفه، و در بخش سوم به تبیین بحث شادی و سعادت حقیقی و درک لذت‌های معنوی پرداخته و مسایلی که ایمان آن را مورد مطالعه و بررسی قرار داده است.

در فصل دوم به تبیین مراتب نفس، خودشناسی و تحقق شادی، از نظر اندیشمندان و فلاسفه اسلامی، مورد بحث قرار گرفته است که در بخش اول به تبیین مفهوم نفس و خودشناسی، و در بخش دوم به تبیین مراحل فرح، حزن و رضامندی و ارتباط آن‌ها با مراتب نفس، و در بخش سوم به بیان تحقق شادی پرداخته است.

در فصل سوم نیز بازتاب شادی را مورد مطالعه و بررسی قرار داده است که در بخش اول به تبیین بازتاب شادی در توانمندی‌های جسمانی و معنوی، و در بخش دوم به بازتاب صبر،

توکل و امیدواری در شادی و در بخش سوم به بازتاب شادی در نیکی‌خواهی مؤمنان پرداخته شده است.

روش پژوهش این کتاب به صورت کتابخانه‌های-توصیفی با استناد به آموزه‌های قرآنی و روایی و تحلیل نظرات و آراء اندیشمندان، فلاسفه و مفسران اسلامی پرداخته است. در این راستا با بهره‌مندی از دیدگاه‌های برخی روان‌شناسان و محققان نیز، مسایل پیرامون شادی را مورد مطالعه و بررسی قرار داده است.

با سپاس از الطاف الهی و توفیق از چشمه جوشان آیات قرآن و روایات معصومین (علیهم‌السلام) در نگارش این اثر بتوانم خدمتی ناچیز، در امر تعلیم و تربیت در دانشگاه برای نسل جوان و نواندیش داشته باشم، امیدوارم مورد قبول درگاه پروردگار تعالی قرار گیرد.

در خاتمه وظیفه دارم از پدر و مادر عزیزم و استادانی که مرا به قرآن و سیره اهل بیت (علیهم‌السلام) راهنمایی و تربیت نموده‌اند، تشکر نمایم. از همکاران فرهیخته‌ام که با اظهار نظرهای مفید و سازنده خویش مرا در جهت نگارش محتوای این کتاب یاری نموده‌اند، صمیمانه تشکر می‌کنم.

همچنین از خوانندگان این کتاب، به ویژه، صاحب‌نظران و روان‌شناسان خواهانم که پیشنهادهای خود را در بازنگری مطالب این اثر ارائه دهند. امیدوارم در ادامه و تکمیل مطالعات در باب مسأله شادی و شادمانی از نگاه قرآن و روایات، افق جدیدتری برای دانشجویان گرامی گشوده شود.

این اثر در ۱۱ فروردین ۱۳۹۷ هجری شمسی برابر با ۱۳ رجب ۱۴۳۹ هجری قمری مصادف با ولادت حضرت علی (علیه‌السلام) پایان یافته است.

زهرا خراسانی

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان