



خوبسخت باش و دیگران را خوبسخت کن

الدکتور حسان شمسى باشا

مترجم: رشید احمد خانشینی



۰۹۳۶۱۴۱۲۶۷۰
۰۵۴-۳۳۴۲۶۶۴۷

ساروت
زاهدان

سرشناسه	: شمسی پاشا، حسان
عنوان قراردادی	: اسعد نفیسک و اسعدالآخرین فارسی
عنوان و نام پدیدآور	: خوشبخت باش و دیگران را خوشبخت کن/ حسان شمسی پاشا؛ مترجم رشید احمد خانشینی
مشخصات نشر	: سروان: نشر سروچ، ۱۳۹۵
مشخصات ظاهری	: ۱۶۰ ص: مصور (رنگی)؛ ۵/۱۴×۵/۲۱ م.م
جک	: ۹۷۸-600-8206-18-7
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: اخلاق اسلامی
موضوع	: Islamic ethics
موضوع	: خوشبختی -- جنبه های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Islam Happiness -- Religious aspects -
شناسه افزوده	: خاتمه رشید احمد، ۱۳۴۰ -
رده بندی کنگره	: ۸۳۵۹۳۱ ۱۴۰۵ الف BP۱
رده بندی دیویی	: ۱/۲۹۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۴۴۰۰ ۴۱

نام کتاب: خوشبخت باش و دیگران را خوشبخت کن

تألیف: دکتر حسان شمسی پاشا

مترجم: رشید احمد خانشینی

تیراژ: ۱۰۰۰

صفحه آرا و طراح جلد: یحیی قنبرزهی

قطع: رقعی

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۵

شناسنامه کتاب

۷	تقدیم
۸	مقدمه مترجم
۱۲	مقدمه مؤلف
	فصل اول:
۲۲	خوشبختی کجاست؟
۲۲	پیش درآمد:
۲۵	۱- آیا خوشبختی در فرار از واقعیت نهفته است؟
۲۶	۲- آیا خوشبختی در ثروت و ناز و نعمت زندگی کردن است؟
۳۰	۳- آیا خوشبختی در فاندان است؟
۳۱	۴- خوشبختی مزاج و شایسته است
۳۲	۵- خوشبختی، نتیجه نیکوکاری است
۳۳	۶- خوشبختی هنر استفاده از امکانات است
۳۵	۷- خوشبختی در کار است نه در مال
۳۶	۸- برده شغل خود نباش
۳۷	۹- خوشبختی این است که بدانی چه میخوای
۳۸	۱۰- خوشبختی در سلامتی است
۴۱	۱۱- خود را تربیت کن تا خوشبخت گردی
۴۳	۱۲- آیا جنبه مادی برای خوشبختی ضروری است؟
۴۴	۱۳- خوشبختی در اندکی از هر چیز است
۵۰	۱۴- خوشبختی در میانروی است
	فصل دوم:
۵۲	ایمان سرچشمه خوشبختی

- پیش درآمد: ۵۲
- ۱- خوشبختی در آرامش قلب است ۵۷
- ۲- خوشبختی در رضایت خاطر است ۶۵
- ۳- خوشبختی در قناعت و پرهیزگاری است ۶۹
- ۴ خوشبختی در عمل صالح است ۷۴
- ۵- خوشبختی در یاد الله است ۷۵
- ۶- سعادت و خوشبختی در شکر خداست ۷۶
- ۷- خوشبختی در رزق حلال است ۷۹
- ۸- خوشبختی در سیر هنگام مصیبت است ۸۰
- ۹- خوشبختی در کنترل هوا و هوس است ۸۵
- ۱۰- خوشبختی در نایب است ۸۶
- ۱۱- خوشبختی در اخلاص است ۸۹
- ۱۲- خوشبختی در راستی است ۹۰
- ۱۳- خوشبختی در حیا است ۹۳
- ۱۴- خوشبختی در بردباری است ۹۴
- ۱۵- خوشبختی در تواضع است ۹۶
- ۱۶- خوشبختی در میانه روی و اعتدال است ۹۸
- ۱۷- خوشبختی در اجرای عدالت است ۹۹
- ۱۸- خوشبختی در تأمین دو بهره برای فرزندان است ۱۰۱
- ۱۹- آیا خوشبختی زن در آرایش اوست؟ ۱۰۲

فصل سوم:

- دیگران را خوشبخت کن ۱۰۴
- پیش درآمد: ۱۰۴
- ۱- تبسم پیک خوشبختی است ۱۰۶
- ۲- خوشبختی در خوش اخلاقی است ۱۰۷

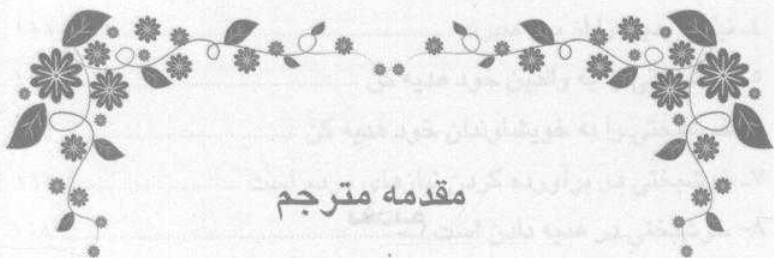
- ۳- دینداری در اخلاق و برخورد نیکوست ۱۰۹
- ۴- نیکبها بدبها را از بین میبرند ۱۱۱
- ۵- خوشبختی را به والدین خود هدیه کن ۱۱۲
- ۶- خوشبختی را به خویشاوندان خود هدیه کن ۱۱۴
- ۷- خوشبختی در برآورده کردن نیازهای مردم است ۱۱۵
- ۸- خوشبختی در هدیه دادن است ۱۱۸

فصل چهارم:

- ۱- رسیدن به خوشبختی در زندگی مشترک ۱۱۹
- پیش درآمد: ۱۱۹
- ۱- خوش حتی خا را ده چگونه تأمین می شود؟ ۱۲۰
- ۲- مرد و خرسین ۱۲۴
- ۳- زن و خوشبخت ۱۲۵
- ۴- تفاوت های میان زن و مرد ۱۲۶
- ۵- چگونه میتوانی همسرت را خوشبخت کنی؟ ۱۲۹
- برخی از مواردی که رعایت آنها موجب خوشبختی همسرت میشوند: ۱۲۹
- ۶- چگونه میتوانی شوهرت را خوشبخت کنی؟ ۱۳۵
- رعایت نکات زیر به تو برای خوشبخت کردن شوهرت کمک میکند: ۱۳۶
- ۷- شوهرم زود خشمگین میشود چهکار باید بکنم؟ ۱۴۳
- ۸- من زود خشمگین میشوم چهکار باید بکنم؟ ۱۴۵
- ۹- وظایف مشترک در زندگی زنashویی ۱۴۶

فصل پنجم:

- بد اقبالی و افسردگی ۱۵۲
- منشاء بد اقبالی و افسردگی ۱۵۲
- چگونه از افسردگی رهایی بیابی؟ ۱۵۵
- نقش ایمان قوی ۱۵۸



مقدمه مترجم

الحمد لله رب العالمين والصلوة والسلام علي سيد المرسلين
وعلي اله وصحبه اجمعين.

اما بعد دكتور حسان شمسی باشا در کتاب گران سنگ
خود (أسعد فسك، أسعد الآخرين) طی یک سفر علمی
در جستجوی خوشبختی به می آید، تا بتوانیم خوشبختی را
بیابیم و آن را برای عزیزانمان که به آنها عشق می ورزیم
فراهم کنیم.

او ابتدا از قرآن آغاز کرده و جواب خود را از آنجا
می گیرد، که خداوند متعال می فرماید: ﴿فَلَا يَأْتِيَنَّكُمْ
مِنِّي هُدًى فَمَنِ اتَّبَعَ هُدَايَ فَلَا يَضِلُّ وَلَا يَشْقَى﴾

«پس اگر از سوی من هدایتی به شما رسید، هر کس
از هدایتم پیروی کند، نه گمراه می شود و نه به مشقت و

رنج می افتد^۱».

آری، پیروی از ارشاد خداوند متعال راه هدایت و خوشبختی است، کلماتی کوتاه اما دربردارنده جزئیات قرآن مجید، آموزه‌های دینی، سخنان اندیشمندان و ثمره‌های ایمان می‌باشد.

مؤلف گرید از این آموزه‌ها را برای مان گلچین کرده و می‌گوید: «مانا خوشبختی در عمل؛ پرستاری مجروح، سیر کردن گرسنه، پوشاندن برهنه و یاری رساندن به دردمندان نهفته است.»

اما بعضی از مردم خوشبختی را در رص‌های آرام‌بخش و یا مواد مخدر جستجو می‌کنند که نتیجه عکس داده و سبب می‌شود تا انسان به کلی از دنیا خارج گشت، عقل و قدرت اندیشیدن را از دست داده، در عالم رؤیا زندگی نموده و وقت خود را به یاهوهای پوچ بگذرانند.

گروهی دیگر خوشبختی را در لذت‌های دنیا، شهوات

و یا مقام و ثروت جستجو می کنند. اما مؤلف می گوید: «خوشبختی در داشته ها نهفته نیست بلکه در حسن استفاده از آن ها نهاده شده است و نه بدست آوردن هر آنچه که آرزوی آن را بکنی، بلکه بدانی چگونه از آنچه که در اختیار داری استفاده کنی.» تندرستی، جوانی و ثروت فقط داشته هایی هستند که لازم است بدانی چگونه از آن ها بهره برداری کنی تا بوسیله آن ها خوشبختی را برای خود و دیگران فراهم نمایی.

خلاصه اینکه بسا ممکن است در هر حال خوشبخت است، زیرا اگر به او خوشی برسد شکرش را بجا می آورد و اگر به او امری ناخوشایند برسد صبر می کند و هر دو حالت به نفع اوست.

مؤلف با بوستانی از شعر و حکمت، خواهر قرآنی و حدیثی و درهای نفیسی از فکر و اندیشه حکما ما را در این سفر همراهی می کند تا به قله خوشبختی برسیم.

مترجم الله سبحانه و تعالی را سپاس می گوید که توفیق برگرداندن این اثر گرانسنگ را (که بیش از ده بار تجدید

چاپ شده است) به او عنایت کرد، و این کتاب نسخه‌ای زنده برای فراهم کردن خوشبختی خوانندگان می‌باشد.

امیدوارم ترجمه این کتاب همانند اصلش مایه
خوبی نباشد.

(آمین یا ارحم الراحمین)

۱۷۹۴ء۔ شہزادہ با ۲۹ صفر ۱۲۳۷ھ ق رشید احمد خانیشینی

(واحد بی بی - رسد فاروق اعظم ﷺ زاهدان کوثر ۱۲)



مقدمه مؤلف

براستی اگر انسان به مفهوم درستی از زندگی برسد، اسباب زیادی که خوشبختی را برایش فراهم می‌کند پیدا خواهد کرد. و از این بالاتر بلکه بهشت را در زندگی دنیا قبل از آنکه آن را در آخرت ببیند پیش روی خود خواهد دید.

چه بسیار اتفاق می‌افتد که انسان در لحظه‌ای از لحظات عمرش از خود جويا می‌شود: هدف من از زندگی چیست؟ آیا ثروتی که خواهان ذخیره کردنش هستم؟ یا مقامی که خواهان رسیدن به آن هستم؟ آیا قدرت هدف زندگی من است؟ و یا حالتی از زندگی که با وجود آن تمامی لذایذ، پیروزی و کامیابی بهره‌مند گردم؟ آیا هدف من از زندگی دانشی است که روزانه موفق به کشف اسرارش گردم؟ و یا هدف من، آن تقوی و پرهیزگاری است که من را به خالقم نزدیک می‌کند و به قلبم آرامش می‌بخشد.



بسیاری از خیال‌پردازان بر این باور هستند که خوشبختی لفظی است که عاری از هرگونه حقیقت است، در نگاه آنان خوشبختی پنداری بیش نیست که ساخته وهم و خیال است و هیچ واقعیتی ندارد.

ره‌نشن است که این گروه از مردم، نادان یا فریب‌خورده‌اند، زیرا این باور بدور از عقل سلیم است که خداوند متعال ما را در این دنیای پهن‌اور که پر از خوبیها و نعمت‌های فراوان است آفریده باشد، و به دنبال آن خواهان بدبخت کردن و سهریز کردن ما باشد؛ چگونه ممکن است! حال آن که خداوند متعال به پیامبرش صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرماید: ﴿طَه مَا أُنْزِلْنَا عَلَيْكَ الْقُرْآنَ لَتَشْقَى﴾ «ما قرآن را بر تو نازل نکردیم تا به مشقت و زحمت افتی»

و نیز خداوند متعال اهل جهنم را بدبخت دانسته و می‌فرماید: ﴿قَامَا الَّذِينَ شَفُّوا فِي النَّارِ لَهُمْ فِيهَا زُفُوفٌ وَ شَيْقٌ﴾

«اما تیره‌بختان [که خود سبب تیره‌بختی خود بوده‌اند]

در آتش‌اند، برای آنان در آنجا ناله‌های حسرت‌بار و عریده و فریاد است.^۱»

و نیز اهل بهشت را انسان‌های خوشبخت دانسته و می‌فرمایند: ﴿وَأَمَّا الَّذِينَ سُعِدُوا فَفِي الْجَنَّةِ خَالِدِينَ فِيهَا مَا نُكِتَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ﴾

«اما اینک بنده [که به توفیق و رحمت خدا سعادت یافته‌اند] تا آسمان‌ها و زمین پابرجاست، در بهشت جاودانه‌اند»

روشن است که خوشبختی پیش روی این گروه از انسان‌هاست، اما آن‌ها هستند که از دیدن و احساس کردنش محروم هستند.

«ابکتاکوس» می‌گوید: «کسی که در زندگی خودش بدبخت و سیه‌روز است، حق ندارد کسی دیگر را مورد ملامت قرار دهد، زیرا او خود، عامل اصلی بدبختی خویش

۱. هود: ۱۰۶.

۲. هود: ۱۰۸.

است، زیرا خداوند انسان‌ها را نیافریده مگر اینکه خوشبخت گردانند... پس خیر و خوبی از جانب الله است و بدی نشأت گرفته از وجود ماست؛ و حقیقت این است که این سرشت و فطرت ماست که خوشبختی ما از آن سرچشمه می‌گیرد، نه حالت و شرایط ما.»

سوئی که اینجا مطرح می‌شود، این است که آیا در دنیا خیر محض و شر محض وجود دارد؟ و آیا سیه‌روزی ابتدای خوشبختی است؟

این قانون نظام هستی است که اشیاء با اضداد خود شناخته می‌شوند، پس اگر بدبختی نمی‌بود خوشبختی معنایی نداشت و اگر شب نمی‌بود، روز هم در کار نبود، و اگر تاریکی وجود نمی‌داشت روشنی دیگر زیبایی نداشت.

بنابراین می‌توان گفت: انسان خوشبخت کسی است که از خلقت خود راضی باشد. پس خوشبختی تنها در ثروت، مقام، عشق و کام‌جویی، دانش و فوایدش، جهالت و جمومش و یا در زیبایی و فروغش خلاصه نمی‌شود. بلکه خوشبختی باور داشتن انسان خوشبخت است بر این پندار

که او خوشبخت است.

ولی بدون شک در زندگی لحظات خوشی وجود دارد که هیچ کس نمی‌توند آنها را نادیده بگیرد و یا اینکه منکر آن شود. از آن جمله لحظات شیرین و معنوی است که یک مؤمن عابد و خاشع هنگام مناجات با خدایش حاصل می‌کند. و یا لذتی که یک دانشمند هنگام یک اکتشاف جدید بدست می‌آورد، و شادی که پزشک هنگام نجات جان بیمار از تجربه می‌کند، و یا یک مادر که کلمات شیرینی از کودکی خود می‌شنود، و نیز لحظات شیرینی که والدین در میان فرزندان خود و خوشحال خود درمی‌یابند.

پس تو در میان یک جو مملو از نعمتهایی که خداوند به تو ارزانی داشته، به سر می‌بری، اما آنچه که نباید از یاد برد اینست که با تمام وجود نعمتها را درک کنی. چه بسیارند افرادی که زمانی متوجه نعمت می‌گردند که آن نعمت را از دست داده‌اند.

دکتر مصطفی سباعی می‌گوید: «در سال یک بار به دادگاه برو تا فضل خدا را در اخلاق و کردار سالمی که به تو

بخشیده است بدانی، و در ماه یک بار به بیمارستان برو تا فضل خدا را در سلامتی که به تو بخشیده است بفهمی، و در هفته یک بار به دیدن مناظر طبیعی برو تا فضل خدا را در زیبایی طبیعت ببینی، و در روز یکبار به کتابخانه برو تا فضل خدا را در عقلی که به تو بخشیده درک کنی، و در هر آن لحظه‌ای متوجه خدا باش تا فضل خدا را در نعمت زندگی که به تو بخشیده بدانی.» پس به اندکی از دنیا قناعت کن و شاد شو. و در وجدان خود بزرگ و معزز، و نزد مردم محترم باش. انسان متوسط الحال باش، نه توانگر؛ با سرحالی و شجاعت به پیشواز حوادث برو، و شکست را آنگونه پذیرا باش که گویا چیزی معمولی است، و پیروزی را آنگونه قبول کن که گویا چیزی است که به آن عادت کرده‌ای. جز به چیزهای زیبا فکر نکن و جز سخن نیک بر زبان میار.

به مردم حسادت نکن، زیرا اگر از رنج‌هایشان اطلاع یابی بر آنها دل می‌سوزانی و خود را سزاوار حسادت می‌یابی.