



Quranic Documents Essentials and Requirements of Happiness in Imam Khamenei's Viewpoint*

Seyyed Esa Mustarhami^۱

Abstract

Happiness and cheerfulness is one of the natural needs of human beings in life, which has been paid special attention in the statements of the Supreme Leader. The declaration of the second step of the revolution, which can be considered as the ۴۰th anniversary of the Islamic Revolution of Iran, emphasizes the need to develop an Islamic lifestyle, one of the special areas of which is the issue of the style of happiness and cheerfulness. He expressed the criteria and requirements of this human mental state with special delicacy and stated the backgrounds and factors for its realization and believes that material and spiritual factors can be involved in the realization of happiness. Interrogating [istintaq] the Holy Quran and presenting the statements of the Supreme Leader of the Revolution to this divine book shows that he, inspired by verses that consider the divine intention necessary for the perfection of human deeds, recommends the intention of closeness to God and worship in happiness. This Quranic teaching that the events of human life, including joy and sorrow, are the causes of human suffering and trial, and the means of learning, is explicitly reflected in the words of the Leader along with some philosophies of happiness. Avoidance of sin is one of the most important prohibitions of the Holy Quran, which is also mentioned in the Quran while forbidding some forms of happiness. Imam Khamenei, who in the declaration of the second step deals with some functions of behavior with a religious and Islamic approach, and in his other statements, by forbidding some forms of happiness that lead to sin, draws the audience to this important issue. The Supreme Leader of the Revolution emphasizes planning and being moderate in happiness, which is, in fact, paying attention to the comprehensive commands and decrees of the Quran in the field of economics and management. Respecting the divine rites and the companionship and convergence of the believers are among the divine commands in the Holy Quran that Imam Khamenei considers necessary to observe in celebrations and joys.

Keywords: Quranic Documents, Supreme Leader, Essentials and Requirements of Happiness.

*. Date of receiving: ۱۹, May, ۲۰۲۱, Date of approval: ۱۱, October, ۲۰۲۱.

۱. Director of Quran and Natural Sciences Department / Quran and Hadith Educational Complex / Al-Mustafa International University (dr.mostarhami@chmail.ir)



مستندات قرآنی بایسته‌های شادی در دیدگاه مقام معظم رهبری (مدظله) *

سید عیسی مسترحمی^۱

چکیده:

شادی و نشاط از جمله نیازهای فطری انسان در زندگی است که در بیانات مقام معظم رهبری مورد توجه ویژه‌ای قرار گرفته است. بیانیه گام دوم انقلاب نیز که می‌توان آن را منشور چهل‌ساله انقلاب اسلامی ایران دانست بر لزوم تدوین سبک زندگی اسلامی تأکید دارد (بیانیه گام دوم: بند هفتم) که یکی از ساحت‌های ویژه آن مسئله سبک شادی و نشاط است. ایشان با ظرافت خاصی به بیان معیارها و بایسته‌های این حالت روانی انسانی پرداخته‌اند و زمینه‌ها و عوامل تحقق آن را بیان کرده و معتقدند عوامل مادی و معنوی می‌تواند در تحقق شادی دخیل باشد. استنتاج از قرآن کریم و عرضه بیانات رهبر معظم انقلاب به این کتاب آسمانی نشان می‌دهد، ایشان با الهام از آیاتی که نیت الهی را برای کمال اعمال انسان لازم می‌داند، قصد قربت و عبادت در شادی را توصیه می‌نمایند. این آموزه قرآنی که رخدادهای حیات بشری از جمله شادی و غم، مایه ابتلا و امتحان انسان و وسیله عبرت‌آموزی هستند، به‌صراحت در کلام مقام رهبری در ضمن برخی فلسفه‌های شادی منعکس شده است. دوری از گناه و فساد، از مهمترین نواهی قرآن کریم است که در ضمن نهی از برخی گونه‌های شادی در قرآن مصداق یافته است. امام خامنه‌ای که در بیانیه گام دوم به برخی کارکردهای رفتار با رویکرد دینی و اسلامی پرداخته و در دیگر بیاناتشان با نهی از برخی گونه‌های شادی که منجر به گناه می‌شود، مخاطبان را به این مهم توجه می‌دهند. رهبر معظم انقلاب برنامه‌ریزی و رعایت اقتصاد در شادی را مورد تأکید قرار می‌دهند که در واقع، توجه دادن به دستورات و فرامین فراگیر قرآن در حوزه اقتصاد و مدیریت است. تعظیم شعایر الهی و همراهی و همگرایی مؤمنان از جمله فرامین الهی در قرآن کریم است که امام خامنه‌ای رعایت آن را در جشن‌ها و شادی‌ها بایسته می‌داند.

کلیدواژه‌ها: مستندات قرآنی، مقام معظم رهبری، بایسته‌های شادی

* تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۲۹ و تاریخ تایید: ۱۴۰۰/۰۷/۱۹.

۱ - استادیار و عضو هیات علمی جامعه المصطفی العالمیه، مدیر گروه قرآن و علوم طبیعی

dr.mostarhami@chmail.ir

مقدمه

شادی و لبخند از جمله نیازهای زندگی فردی و اجتماعی انسان است و شاید بتوان بقاء سلامت روحی انسان را بر آن مبتنی دانست. مقام معظم رهبری در بیانات، مکتوبات و نامه‌های گهربارشان به این مسئله مهم در حیات بشری توجه ویژه داشته و به صورت‌های گوناگونی آن را متذکر شده‌اند. ایشان می‌فرمایند: «یکی از مقوله‌های بسیار مهم و یقیناً یکی از ضرورت‌های جامعه، لبخند است. لبخند یکی از نیازهای زندگی انسان است. زندگی بدون شادی و بی‌لبخند، زندگی دوزخی است. زندگی بهشتی، زندگی با لبخند است.» (بیانات در دیدار مسئولان سازمان صدا و سیما، ۸۳/۹/۱۱). مقام معظم رهبری شاد نمودن مردم را بزرگ‌ترین صدقه می‌دانند و در خطاب به اعضای ستاد پیگیری قطعنامه‌ی ۵۹۸ که دستاوردهای آنان، شادی مردم را به همراه داشت، می‌فرمایند: «به نظر من، هیچ صدقه‌ای بالاتر از این نیست که انسان این مردمی را که شایسته خوشحالی هستند، خوشحال کند.» (دیدار رهبری با اعضای ستاد پیگیری قطعنامه‌ی ۵۹۸، ۷۰/۹/۳۰).

مقام معظم رهبری در بیانیه گام دوم انقلاب بر لزوم رعایت اخلاق و معنویت در لحظه‌لحظه زندگی تأکید نموده و معتقدند: «معنویت و اخلاق، جهت‌دهنده‌ی همه حرکت‌ها و فعالیت‌های فردی و اجتماعی و نیاز اصلی جامعه است؛ بودن آن‌ها، محیط زندگی را حتی با کمبودهای مادی، بهشت می‌سازد و نبودن آن حتی با برخورداری مادی، جهنم می‌آفریند.» (بیانیه گام دوم انقلاب، ۱۳۹۷/۱۱/۱۲). این توصیه درباره شادی‌هایی که در طول زندگی، آدمی با آن همراه است نیز صادق است و باید معنویت و اخلاق باشد که به شادی‌های بشر جهت‌دهی کند.

البته مخفی نیست که زندگی دنیوی و مسیری که بشر به سوی کمال طی می‌کند همواره با غم و شادی همراه است. مقام معظم رهبری با استناد به آیات قرآن کریم، این مسئله را اینگونه تبیین می‌کنند: «همان‌طور که کاروان بشری به سوی یک نهایی در حال حرکت دائمی است، هر فرد انسان هم در طول زندگی خود در حال حرکت به یک منتها و غایت و سرمنزلی است: (إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَى رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ). این مسیر طولانی و پرفراز و نشیب از گذرگاه‌های گوناگونی می‌گذرد؛ رنج‌ها در آن هست، بلاها در آن هست، سختی‌ها هست، گشایش‌ها و فرج‌ها و شادی‌ها در آن هست: (بَلَوْنَاهُمْ بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ)؛ همه این‌ها هم آزمایش است.» (بیانات در خطبه‌های نماز عید فطر، ۸۳/۸/۲۴).

جالب اینکه شادی‌های این دنیا، شادی‌های محض و خالص نیست؛ بلکه همواره شائبه و مخلوطی از غم در آن وجود دارد و البته این، از ویژگیهای زندگی مادی است. «غم‌ها و شادی‌ها همیشه



با هم آمیخته است. انسان خردمند آن کسی است که هم از غم و هم از شادی عبرت و درس بگیرد؛ راه آینده را پیدا کند و به سمت آن حرکت نماید.» (بیانات رهبری در دیدار جمعی از فرماندهان و پرسنل ارتش، ۷۸/۱/۲۵).

مقام معظم رهبری حیات طیبه را قرین با شادی دل می‌داند و خطاب به ملت ایران می‌فرمایند: «به شما حقیقتاً ملت بزرگ و عظیم‌الشان و بینظیر و یا کم‌نظیری هستید - راه شما برای رسیدن به حیات طیبه - یعنی آن جایی که هم زندگی مادی تأمین است؛ آسایش تن، و هم زندگی معنوی؛ آسایش روح و شادی دل و صفای معنا - راه روشنی است؛ اما تلاش و وحدت و ایمان و فعالیت و عمل لازم دارد، که بحمدالله دارید و باید افزایش بدهید.» (بیانات در دیدار زائرین و مجاورین حرم مطهر رضوی، ۷۰/۱/۲۹).

اگرچه شادی، حسی معنوی و روانی است ولی می‌توان با توجه به عوامل و زمینه‌های، آن را به دو قسم مادی و معنوی تقسیم کرد. از طرفی با توجه به زمان بروز شادی، در دو گروه دنیوی و اخروی قرار می‌گیرند. سخنان رهبری، که برگرفته از متون دینی است بر برتری شادی اخروی بر دنیوی تأکید دارند. ایشان می‌فرمایند: «بزرگ‌ترین پاداش انسانی که تلاش می‌کند، موفقیت اوست؛ اما آنچه را که پیش خدا دارید، از شادی‌های دنیایی باارزش‌تر و بالاتر است.» (بیانات در مراسم بیعت مسئولان دستگاه‌های اطلاعاتی کشور، ۶۸/۴/۱۸). زمینه شادی اخروی را خود انسان در دنیا فراهم می‌کند و خداوند متعال نیز آن را مضاعف می‌نماید. مسلم است که برکات وجودی معصومان نیز در ایجاد شادی اخروی بسیار مؤثر است. مقام معظم رهبری در بیاناتی در جمع مردم فرمودند: «پس امروز، روز عید واقعی است؛ یعنی روز ولادت، برای همه بشر و تاریخ - حتی برای گذشتگان - عید است.... اگر روح آن‌ها در عالم برزخ، از بعضی از تفصیلاتی که پاره‌ای از ارواح برخوردارند، بهره‌مند باشد؛ یقیناً مثل چنین روزی، شادی خواهند کرد.» (بیانات در دیدار اقشار مختلف مردم، ۷۴/۱۰/۱۷).

رهبر معظم انقلاب فلسفه منازعات و کشمکش‌های زندگی دنیوی را ورود به دنیای آخرت همراه با شادمانی می‌داند و قائل‌اند: «همه این ماجراها و کشمکش‌هایی که در زندگی بشر، در بعثت انبیاء، در مبارزات اجتماعی و سیاسی و نظامی‌ای که پیغمبران الهی با دشمنان خدا داشتند...؛ مقدمه‌ی این است که انسان بتواند در هنگام عبور از این مرزی که ناگزیر باید از آن عبور کرد - یعنی مرز زندگی مادی و حیات اخروی و دائمی - شادمان باشد، خرسند باشد، حسرت‌زده نباشد.» (بیانات در دیدار نمایندگان مجلس شورای اسلامی، ۸۸/۴/۳). این همان نکته‌ای است که امام خمینی (ره) به زیبایی آن را در



وصیت نامه الهی سیاسی خویش اینگونه بیان کرده بودند: «با دلی آرام و قلبی مطمئن و روحی شاد و ضمیری امیدوار به فضل خدا از خدمت خواهران و برادران مرخص و به سوی جایگاه ابدی سفر می‌کنم.» (موسوی خمینی، صحیفه نور، ۱۳۶۴ ش: ۲۱/ ۱۷۵).

رسیدن به شادی واقعی و رسیدن به آثار مثبت آن مشروط بر بایسته‌هایی است که در متون دینی بدان پرداخته شده و مقام معظم رهبری نیز در بیانات و مکتوباتشان از آن الهام می‌گیرند. این پژوهش قصد دارد به مستندات قرآنی این بایسته‌ها بپردازد.

حالات روحی انسان متأثر از پدیده‌هایی است که بی اختیار و یا از روی اختیار در زندگی انسان رخ می‌دهد. این مسئله درباره شادی نیز صادق است. ایجاد بسیاری از مقدمات شادی و اظهار خوشحالی در اختیار انسان است و در صورتی که ضوابط و بایسته‌های آن رعایت شود، شادی ارزشمندی را به همراه خواهد آورد که می‌تواند بخشی از مسیر سعادت را هموار سازد.

الف. مفهوم‌شناسی

در زبان فارسی واژگانی همچون نشاط، خوشحالی، خرمی، کامروایی، بشاشت و طرب، مترادف و هم معنای شادی شمرده می‌شوند (دهخدا، لغت‌نامه دهخدا، ۱۳۷۱: ۱۱/ ۴۱۱) در مقابل غم و اندوه به کار می‌رود (معین، فرهنگ معین، ۱۳۸۱ ش: ۵/ ۱۳). معادل این مفهوم در زبان عربی واژگانی همچون سرور، فرح، مرح، نضره، ابتهاج، انبساط، بهجت، نزهت و بطر است. البته کاربرد هریک از این واژگان برای بیان نوع خاصی از شادی است.

سرور: به معنی خوشحالی حقیقی است (عسکری، معجم فروق اللغویه، ۱۴۱۲ ق. / ۲۷۷). واژه فرح نیز اگر بدون قرینه به کار رود به نوعی خوشحالی کاذب و یا توهم خوشحالی اشاره دارد (فیومی، مصباح المنیر، ۱۴۰۵ ق: ۴۶۶)؛ یعنی شادمانی که از حد اعتدال خارج، و همرا باطل و ظلم و نیز به قصد ریا و خودنمای و همراه با تکبر باشد (مصطفوی، التحقیق فی کلمات القرآن، ۱۴۰۲ ق: ۱/ ۲۸۸؛ ابن منظور، لسان العرب، ۱۴۱۴ ق: ۴/ ۶۸) «فرح» را مخصوص شادی‌های بدنی زود گذر دانسته است (راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، ۱۴۲۶/ ۶۲۹). «مرح» نیز به معنای افراط در شادی که رفتارهای سبک سرانه را به همراه دارد (عسکری، معجم فروق اللغویه، ۱۴۱۲ ق. / ۴۹۲، طبرسی، مجمع البیان، ۱۳۷۲ ش: ۷- ۸/ ۸۲۷، آلوسی، روح المعانی، ۱۴۰۵: ۱۳/ ۱۳۲).



تعریف اصطلاحی شادی

شادی از جمله هیجانات غریزی بشر است که انسان‌ها به در حالات و موقعیت‌های گوناگونی آن را به آسانی و مکرر تجربه می‌کنند. این تکرار و سادگی تجربه مانع از پیچیدگی مفهوم و سختی تعریف آن نشده استبرخی آن را ارزشیابی افراد از خود و از زندگیشان دانسته‌اند (Buss, "The Evolution of Happiness", ۲۰۰۰. P.۲۳-۲۷) گروهی نیز آن را نبود هیجانات منفی، از جمله افسردگی و اضطراب و در مقابل، وجود هیجانات مثبت، رضایت از زندگی می‌دانند (Matlin. & Gawron, "Individual Differences in Pollyannaism", ۱۹۷۹, P.۴۱۱-۴۲۷). روان‌شناسان، هدفمندی زندگی، روابط مثبت با دیگران، رشد شخصیت و نیز دوست داشتن دیگران و طبیعت را بخشی از مولفه‌های شادکامی می‌دانند. در تعریفی جامع می‌توان گفت: شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت مجموعه زندگی اطلاق می‌شود. به عبارت دیگر؛ شادمانی به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد (Veenhoven, "The Utility of Happiness", (۱۹۸۸), P.۲۵۴-۳۳۳).

روان‌شناسان و صاحب نظران، سلامت ذهن (Bridges, Margie & Zaff, "Background for Community)
۲۰۰۲ Level Work on Emotional Well-being in Adolescence:؛ رضایت کلی از زندگی، رضایت از مقوله‌های خاص زندگی و وجود عواطف مثبت فراوان و فقدان نسبی عواطف منفی (Eddington & Shuman,). "Subjective Well-being Presented by Continuity Psychology Education",)
۲۰۰۴؛ را زمینه‌ساز شادی و نشاط دانسته‌اند. علاوه بر این، داشتن شخصیتی مقبول (Lupri)
۱۹۹۹, "Happiness: What Studies on Twins Show us about Nature and Happiness Set Point?" & Freideres,
۲۰۰۱) P.۹۱۲-۹۲۰. Wilson, "Correlates of Vowed Happiness", (۱۹۶۷) Argyle)
۲۰۰۲) اعتقادات مذهبی: (Paragament & Mahoney "Spirituality",)
Richards "How much does Social Capitals Add to Individual Health? A Survey Study of Russians",)
۲۰۰۰؛ میرشاه جعفری و همکاران، شادمانی و عوامل مؤثر بر آن، ۱۳۸۱: ۵۰-۵۸) و
Bandura "Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change",)
۱۹۹۷) و وضعیت اقتصادی مناسب و رضایت شغلی و سلامت جسمی
(Slovev "Emotional States and Physical Health", (۲۰۰۰). P.۱۱۰-۱۲۱). و از جمله مهمترین عوامل
شادمانی در روانشناختی شناخته شده است.

ب. پیشینه پژوهش

شادی و نشاط از مهمترین نیازهای فطری و روانی بشر است که به دلیل نقش ویژه آن در سبک زندگی، همواره ذهن بشر را به خود مشغول کرده است آدمی می‌کوشیده راه‌هایی را برای بهتر و شادتر زندگی کردن بیاید و تلاش می‌کرد بداند چه چیزی بیشتر رضایتش را فراهم می‌کند و با چه سازوکارهایی می‌تواند از زندگی در این دنیا لذت ببرد (Dickey, "The Pursuit of Happiness", ۱۹۹۹). افلاطون معتقد است اگر بین سه عنصر وجود انسان یعنی عقل، امیال و هیجانات تعادل وجود داشته باشد، شادی حاصل می‌شود (Ibid).

به اعتقاد فیلسوفانی چون جان لاک و جرمی بنتام، بین رخدادهای لذتبخش و شادی رابطه مستقیم وجود دارد (Eysenck,). Happiness, Fact and Myths, ۱۹۹۰, P.۸۴). پایین‌ترین سطح شادی را لذت دانسته بود؛ به اعتقاد او سطح بالاتری از شادی نیز وجود دارد که همان موفقیت و کامیابی است و نوع سوم شادی از نظر ارسطو، شادی ناشی از معنویت و دین است (Ibid).

در مورد ارتباط دین و شادی پژوهش‌های متعددی صورت گرفته که نشان می‌دهد باورهای مذهبی، پیشینی کننده خوبی برای شادکامی افراد است؛ (Myers, "The Funds, Friends and Faith of Happy People", ۲۰۰۰, P.۵۶-۵۷; Paragament & et al, "Religions and Search for Control in the Hospital Waiting Room", ۱۹۹۹ P.۳۲۷-۳۴۱)..

شادمانی از متغیرهایی است که در دهه‌های اخیر در دانش روانشناسی سلامت مورد توجه قرار گرفته است. پیش از این در مطالعات روانشناسی، بیشتر احساسات منفی انسان مثل افسردگی، غم، خشم و اضطراب مورد مطالعه قرار می‌گرفت؛ اما در سال‌های اخیر، پژوهشگران به طور روز افزون به سلامتی و تندرستی ذهنی علاقه مند شده‌اند (Myers, "The Funds, Friends and Faith of Happy People", ۲۰۰۰, P.۵۶-۵۷).

متون اسلامی به عنوان برنامه زندگی سالم به طور گسترده به مسئله شادی پرداخته و زمینه‌ها، عوامل، بایسته‌ها، فرایند ایجاد، آثار و آسیب‌های آن پرداخته‌اند. آیات و روایات فراوانی در این زمینه وجود دارد؛ حتی برخی از مجموعه‌های روایی بخشی را به این عنوان اختصاص داده‌اند.

بنیانگذار انقلاب اسلامی ایران و پس از ایشان خلف صالحشان، امام خامنه‌ای نیز در سخنرانی‌ها، نامه‌ها، مکتوبات و پیام‌هایشان به مسئله شادی را مورد توجه قرار داده و ضوابط، معیارها و بایسته‌های آن را تبیین نموده‌اند.



مستندسازی این بیانات به آیات قرآن کریم، گاهی به صورت صریح یا ضمنی، در متن سخنان رهبری معظم دیده می‌شود ولی به طور مستقل و کامل، کمتر مورد توجه قرار گرفته است که این پژوهش می‌کوشد با عرضه کلمات ایشان به قرآن کریم، این مستندات را در بخش بایسته‌های شادی تبیین کند.

ج. گونه‌شناسی شادی در قرآن

آیات قرآن کریم با توجه علل، انگیزه‌ها و چگونگی شادی، به دو دسته قابل تقسیم‌اند: یک: شادی پسندیده: دسته اول که بایسته‌های شادی در آن‌ها رعایت شده و رضایت خالق و نفع مخلوق در آن وجود داشته باشد را ممدوح دانسته و به آن توصیه کرده است. نمونه آن را می‌توان در شادی به فضل الهی دانست. «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ» (یونس/۵۸) «بگو به فضل و رحمت خدا باید خوشحال شوند که از آنچه گردآوری کرده‌اند بهتر است». سودی که مؤمنین از پیروزی رومیان می‌برند نیز مایه و سبب خوشحالی ممدوح دانسته شده است. «فِي بَضْعِ سِنِينَ لِلَّهِ الْأَمْرُ مِنْ قَبْلُ وَمِنْ بَعْدُ وَيَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ» (روم/۴) «در چند سال، همه کارها از آن خدا است، چه قبل و چه بعد (از این شکست و پیروزی) و در آن روز مؤمنان خوشحال خواهند شد».

دو: شادی ناپسند: گونه دوم شادی‌هایی هستند که اهداف درستی ندارند و یا با گناه، غفلت و فساد همراه‌اند. شادی به مال و ثروت (قصص/۷۶)، مظاهر دنیوی (رعد/۲۶)، به علم و دانش، غافر/۸۳)، شادی توأم با فراموشی (هود/۱۰)، غفلت (شوری/۴۸) و از روی تمسخر (مومنون/۱۰۹-۱۱۰) از این قسم است.

قرآن کریم با عنوان «بَغْيِرِ الْحَقِّ» شادی‌هایی را که از معیار حق منحرف شوند و گاهی انسان را به ورطه هلاکت می‌کشاند را مذموم دانسته است. «ذَلِكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ بِغْيِرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنْتُمْ تَمْرَحُونَ» (غافر/۷۵)؛ (این عذاب) به خاطر آن است که بناحق در زمین شادی می‌کردید و از روی غرور و مستی به خوشحالی می‌پرداختید!). این آیه خطاب به جهنمیان است و مقصود از «ذَلِكُمْ» اشاره به عذاب و اضلال [گمراه کردن] است که به سبب شادمانی با گناهان بر روی زمین اظهار می‌کردید (زحیلی، التفسیر المنیر فی العقیده و الشریعة و المنهج، ۱۴۱۸ ق: ۱۶۳/۲۴).

خداوند در این آیه با مقید کردن «فرح» و سرور به بغیر الحق به این مسئله توجه می‌دهد که «فرح»

و شادمانی گاهی به حق و پسندیده است و گاهی دیگر امری باطل و مورد سرزنش است (طبرسی، مجمع البیان، ۱۳۷۲ ش: ۷-۸/۸۲۸).

به عنوان نمونه خداوند پس از بیان سرمستی و سرخوشی قارون، شادی او که با تکبر و تبختر همراه بود را مذمت کرده و گفتگوی اقوامش را اینگونه بازگو می‌کند: «إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ» (قصص / ۷۶)؛ «به خاطر بیاور هنگامی را که قومش به او گفتند: این همه شادی مغرورانه مکن که خداوند شادی کنندگان مغرور را دوست نمی‌دارد.»

د. ضوابط و بایسته‌های شادی از منظر مقام معظم رهبری

در آیات قرآن کریم (یونس، ۵۸) و سیره معصومان (کلینی، الکافی، ۱۴۰۷ ق: ۲/۲۹۱)، عنصر شادی آن چنان اهمیتی دارد که علاوه بر تأیید و بیان معیارهای ضمنی آن، به زمینه سازی و ایجاد آن نیز سفارش شده است.

همانگونه که گذشت، شادی ای می‌تواند ارزشمند و پسندیده باشد که ضوابط و بایسته‌های آن مورد توجه و عمل قرار گیرد. مقام معظم رهبری با الهام از آیات و روایت، برای شادی، معیارها و ضوابطی را بیان می‌کنند که آن را از لودگی، متمایز و از بیهودگی به دور و به ارزشمندی نزدیک می‌سازد. از جمله این بایسته‌ها عبارت‌اند از:

۱. همراه با قصد عبادت

از نگاه آموزه‌های اسلامی، هر حالت و عملی در زندگی انسان می‌تواند عنوان عبادت به خود بگیرد و استحقاق ثواب را برای صاحب آن به همراه داشته باشد. شادمان بودن و نیز شاد کردن دیگران نیز از آن جمله است. مقام معظم رهبری این بایسته را اینگونه بیان می‌کنند: «در چهره‌ی اسلام، تفریح و ادخال سرور، جای بسیار حساسی دارد؛ بنابراین، شما همین‌طور که یک کار تفریحی را انجام می‌دهید، یک نمایش اجرا می‌کنید، یک ماجرای طنزآمیز را بیان می‌کنید، یک شعر اجرا می‌کنید و می‌خوانید یا یک مسابقه اجرا می‌کنید، در همان حال احساس کنید که یک عبادت انجام می‌دهید. مثلاً وقتی آقای شیشه‌گران مطلبی می‌نویسند، باید احساس کنند که یک عبادت انجام می‌دهند. حقیقتاً همین است. این یک واقعیت است. احساس کنید که بخشی از آن مجموعه‌ای را که زندگی اسلامی برای انسان‌ها در نظر گرفته، متعهد می‌شوید و انجام می‌دهید.» (بیانات رهبری در دیدار گروه ورزش و سرگرمی، ۱۳۷۱/۱۰/۱).



این بیان مقام معظم رهبری الهام گرفته از این روایت امام رضا (ع) است که در مورد شاد کردن دل مؤمن، می‌فرماید: «فَإِنَّهُ لَيْسَ شَيْءٌ مِنَ الْأَعْمَالِ عِنْدَ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ بَعْدَ الْفَرَائِضِ أَفْضَلَ مِنْ إِدْخَالِ السُّرُورِ عَلَى الْمُؤْمِنِ» «بعد از انجام واجبات، نزد خدا عملی با ارزش تر از شاد کردن قلب مؤمن نیست.» (مجلسی، بحار الانوار، ۱۳۶۲ ش: ۳۷۴/۷۵). امام باقر (ع) نیز لبخند انسان بر روی دیگران را حسنه دانسته و می‌فرماید: «خدا پرستیده نشده به کاری که نزد خدا از شاد کردن دل مؤمن محبوب‌تر باشد.» (کلینی، الکافی، ۱۴۰۷ ق: ۱۸۸/۲). پیامبر اسلام (ص) نیز شاد کردن مؤمن را باعث شادی رسول و خداوند متعال می‌داند (همان) و گاه عبادتی بالاتر از کسب رضایت و رضوان الهی. در روایات معصومین شاد نمودن دیگران، کفاره گناهان (شریف رضی، نهج البلاغه، حکمت ۲۴) و مایه دلشادی در قیامت دانسته شده است (کلینی، الکافی، ۱۴۰۷ ق: ۱۹۷/۲).

روشن است که این آثار شگرف آنگاه بر شادی و شاد نمودن دیگران مترتب است که قصد و نیتی الهی با آن همراه باشد و به قصد طاعت و تقرب الهی انجام گیرد.

۲. فاخر بودن و پرهیز از لودگی

مزاح، شوخی و هر رفتار دیگری که به قصد شادی و شادی آفرینی انجام می‌شود، باید به دور از هر گونه سبکسری و لودگی باشد. زمینه سازی برای شادی از راه‌های صحیح، نکته‌ای است که مقام معظم رهبری بر آن تاکید دارند.

رعایت معنویت و اخلاق از سرفصل‌های مورد تاکید مقام معظم رهبری در جای جای گام دوم انقلاب است. هر گونه رفتار اجتماعی از جمله اظهار شادی اگر با رویکردی دینی و اخلاقی صورت گیرد، دل‌های مستعد و نورانی بویژه جوانان را مجذوب کرد و فضا به سود دین و اخلاق دگرگون می‌کند (بیانیه گام دو انقلاب، ۱۳۹۷/۱۱/۱۲).

مقام معظم رهبری در جمع مسئولان سازمان صدا و سیما، پس از اینکه بر ضرورت شادی در زندگی فردی و اجتماعی تاکید می‌کنند می‌فرمایند: «مراقب باشید شادی در مردم با لودگی و ابتذال و بی‌بندوباری همراه نشود؛ از این طریق به مردم شادی داده نشود. همه‌جور می‌شود به مردم شادی داد؛ از نوع صحیح آن شادی داده شود. گاهی اوقات یک لطیفه یا یک تعبیر بجا مخاطب را شاد و خوشحال می‌کند؛ گاهی هم ممکن است یک آدم لوده با ده جور ادا در آوردن، نتواند آن‌طور شادی را ایجاد کند. شادی کردن و شادی دادن به مردم، به معنای لودگی نیست. یکی از آقایانی که در صدا و سیما گاهی صحبت می‌کند و مصاحبه‌های خوب و صحبت‌های خوبی دارد - من گاهی گوش کرده‌ام - اصلاً



شوخی نمی‌کند؛ اما تعبیرات و کیفیت بیانش طوری است که انسان گاهی بی‌اختیار لبخند به لب می‌آورد؛ این طور خوب است. ایشان در ادامه طنزی که معیارهای لازم را داشته باشد، طنز فاخر می‌نامند و در توصیف آن می‌فرمایند: «طنز فاخر و برجسته، یکی از هنرهاست. طنز، هنر خیلی بزرگی است... طنز، یعنی مطلب مهم جدی که با زبان شوخی بیان می‌شود؛ محتوا و معنایی در آن هست، منتها به زبان شوخی.» (بیانات در دیدار مسئولان سازمان صدا و سیما، ۸۳/۹/۱۱).

شادی بی‌جهت و بدون خاستگاه تعجب آور و شادی آفرین، در برخی از روایات نشانه نادانی معرفی شده است (کلینی، الکافی، ۱۴۰۷ ق: ۲/۶۶۴)؛ که موجب از بین رفتن ایمان (صدوق، امالی، ۱۴۱۷ ش: ۲۲۴)؛ و هیبت و وقار آدمی (الحرانی، تحف العقول عن اخبار آل الرسول (ص)، ۱۴۰۴ ق: ۹۶) می‌گردد. سنت پیامبر و اهل بیت نیز بر این جریان داشت که از هرگونه مزاح بی‌مورد پرهیز می‌کردند (مجلسی، بحار الانوار، ۱۳۶۲ ش: ۱۶/۲۹۴). شاید مقصود بسیاری از روایتی که از مزاح نهی کرده‌اند، این‌گونه مزاحی است که به لودگی منجر و به ابتذال کشیده می‌شود. امام باقر (ع) به حرمان بن‌اعین فرمودند: «ایاک و المزاح، فانه یذهب هیبه الرجل و ماء وجهه» (همان: ۶۰/۷۳) از شوخی پرهیز، چرا که شوخی هیبت و آبروی انسان را می‌برد. این مسئله قبلاً توسط پیامبر اکرم (ص) (کلینی، الکافی، ۱۴۰۷ ق: ۲/۶۶۵)؛ و امیرالمؤمنین (ع) (مجلسی، بحار الانوار، ۱۳۶۲ ش: ۷۴/۲۸۵) نیز مورد تأکید قرار گرفته بود.

۳. توجه به فلسفه و اهداف شادی

هدفمندی آفرینش ایجاب می‌کند که بشر نیز در تمام حرکات و سکناتش فلسفه مند، جهت دار و به دنبال هدفی متعالی باشد. مقام معظم رهبری این مسئله از معیارهای شادی شمرده شده و فرموده‌اند: «عید اسلامی، دارای معنای خاصی است و جهت اسلامی دارد. عید، یعنی مراسم همراه با شادی برای یک ملت و یک مجموعه، که در فواصل زمانی تکرار می‌شود. هر عیدی باید معنا و جهت داشته باشد؛ چنان که اعیاد ملی ملت‌ها هم، هر کدام جهت خاصی دارد. عید اسلامی، دو جهت دارد؛ که یک جهت آن توجه به خدا و معنویت و دیگر جهتش تجمّع همه مسلمین، حول یک محور واحد است.» (بیانات در دیدار کارگزاران نظام، ۷۵/۱۱/۲۱).

ایشان توجه به فلسفه برگزاری جشن و شادی در اعیادی همچون مبعث را بایسته می‌دانند و می‌فرمایند: «مبعث فقط یک جشن نیست که جشن بگیریم و کف بزنینم و شیرینی بخوریم و پنخس کنیم و شادی کنیم؛ این نیست. مبعث یک مقطع است؛ یک عید است. عید یعنی آن مقطعی که انسان

را به حقیقتی متوجه می‌کند.» (بیانات مقام معظم رهبری در عید مبعث، ۱۳۸۸/۴/۲۹). ایشان، خشوع قلبی و متذکر شدن را ثمره و فلسفه شادی در موالید معصومان دانسته، می‌فرمایند: «البته ما در طول سال هم متوسلیم به این بزرگوار و متبرکیم به ذکر آن حضرت. امروز هم روز ولادت است. طبعاً شادی یادبود ولادت آن بزرگوار هم بر این توجه و تذکر و خشوع قلبی همه‌ی ما می‌افزاید؛ ان‌شاءالله» (بیانات مقام معظم رهبری در دیدار جمعی از مداحان، ۱۳۹۰/۳/۳).

قرآن کریم شادی کاذب، سرمستی و غرور حاصل از نعمت‌ها و بی‌توجهی به اسباب این شادی‌ها را باعث غفلت انسان از شکر نعمت‌های پروردگار می‌داند چرا که او خود را مالک نعمات پنداشته، گمان می‌کند هیچ کس نمی‌تواند آن نعمت‌ها را از او سلب کند و رنج و سختی را به او باز گرداند: «وَلَئِنْ أَذَقْنَا نَعْمَاءَ بَعْدَ ضَرَاءٍ مَسْتَهُ لَيَقُولُنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ» (هود/۱۰)؛ «و اگر بعد از شدت و رنجی که به او رسیده، نعمت‌هایی به او بچشانیم، می‌گوید: «مشکلات از من برطرف شد، و دیگر باز نخواهد گشت!» و غرق شادی و غفلت و فخرفروشی می‌شود.» لذا انسان بی‌اعتقاد به توحید افعالی و غافل از تدبیر متقن جهان آفرین، می‌پندارد که زمام تدبیر در اختیار خودش است و نعمتش زوال ناپذیر و در صورت سلب نعمت، به لحاظ عدم اعتماد به نیروی غیبی، یأس و ناامیدی و غمگینی بر او چیره می‌شود (حسینی همدانی، انوار درخشان، ۱۴۰۴ ق: ۸/۳۵۰).

مزاح و طنز اگر چه بر خنده و شادی استوار است، اما این خنده موجب تفکر و وسیله‌ای برای رسیدن به هدفی بالاتر یعنی آگاه کردن مردم از رواج ظلم و ستم و نیز بی‌اعتبار شدن فضایل اخلاقی و انسانی در جامعه است و طنزپرداز سعی در به چالش کشیدن این اوضاع نابسامان را دارد (حلبی، تاریخ طنز و شوخ طبعی، ۱۳۹۸ ش: ۵-۴).

۴. دارای محتوا و حاکی از واقعیات

مقام معظم رهبری، طنزی را فاخر و عامل شادی صحیح می‌دانند که محتوا و معنایی در آن نهفته باشد و بتواند با زبان ویژه خود، واقعیتی را آشکار و مشکلی را حل نماید. به تعبیر ایشان: «طنز فاخر و برجسته، یکی از هنرهاست. طنز، هنر خیلی بزرگی است. بنده با مرحوم صابری شوخی می‌کردم و می‌گفتم (طنازها) طنزهای واقعی را تقویت کنید، پرورش دهید و کمک کنید تا طنز بیاورند. طنز، یعنی مطلب مهم جدی که با زبان شوخی بیان می‌شود؛ محتوا و معنایی در آن هست، منتها به زبان شوخی.» (بیانات در دیدار مسئولان سازمان صدا و سیما، ۸۳/۹/۱۱).

به عنوان نمونه، از جمله شادی‌های نکوهش شده، خندانیدن مردم با دروغ‌گویی است. پیامبر



اکرم(ص) با تحذیر از این رفتار، می فرماید: «وای بر کسی که سخنی دروغ بگوید تا مردم را بخنداند، وای بر او! وای بر او! وای بر او!» (حر عاملی، وسائل الشیعه، ۱۳۹۱ ق: ۱۲/ ۲۵).

قرآن کریم در سوره رعد یادآور می شود که شادی های زودگذر در این دنیا در برابر شادی زندگی آخرت قابل مقایسه نیست زیرا دنیایی که به آن و به دلیل آن شادی می شود گذرا و ناپایدار است: «خدا روزی را بر هرکس که بخواهد گشایش می دهد یا تنگ می گرداند؛ و به زندگانی دنیا سرمست شده اند و زندگانی دنیا در برابر آخرت جز بهره ای ناچیز نیست.» (رعد/ ۲۶) لذا اگرچه اهل دنیا با نعمت های دنیوی و بسط آن خوش حال می شوند.

خداوند متعال انسان ها را به شاد بودن به امور واقعی همچون فضل الهی توصیه می کند. «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَ بِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ» (یونس/ ۵۸)؛ «بگو: «به فضل و رحمت خدا باید خوشحال شوند؛ که این، از تمام آنچه گردآوری کرده اند، بهتر است.» یاری و نصرت الهی نیز از واقعیاتی است که قرآن کریم از شاد بودن مومنان به سبب آن خیر می دهد: «يَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ بِنَصْرِ اللَّهِ يَنْصُرُ مَنْ يَشَاءُ وَ هُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ» (روم/ ۴-۵)؛ «و در آن روز، مؤمنان (بخاطر پیروزی دیگری) خوشحال خواهند شد. به سبب یاری خداوند؛ و او هر کس را بخواهد یاری می دهد؛ و او صاحب قدرت و رحیم است.» شادی به واقعیات نه تنها در دنیا پسندیده است، بلکه بهشتیان نیز به برخورداری از آن توصیف شده اند: «فَاكْهَبِينَ بِمَا آتَاهُمْ رَبُّهُنَّ» (طور/ ۱۸)؛ «و از آنچه پروردگارشان به آن ها داده و آنان را از عذاب دوزخ نگاه داشته است شاد و مسرورند!» این مضمون در جای جای قرآن کریم به آن تصریح شده است (آل عمران/ ۱۶۹-۱۷۰؛ روم/ ۱۵؛ مطففین/ ۲۴؛ زخرف/ ۷۰).

۵. آزمایش دانستن شادی

آفرینش هستی همواره با امتحان و آزمون همراه بوده است. قرآن کریم فلسفه زندگی و مرگ انسان ها را شناخته شده نوع عمل انسان ها پس از آزمون و ابتلا می داند (ملک/ ۲). آزمودن فرشتگان قبل از آفرینش انسان (بقره/ ۳۰ و ۳۴)؛ و پس از آن آزمودن آدم و حوا (بقره/ ۳۵)؛ نمونه ای از این امتحانات الهی است. ایزارهای ابتلای الهی متعدد و متنوع اند که شادی و غم از جمله آن اند. «وَتَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً» (انبیا/ ۳۵) «و شما را با بدی ها و خوبی ها آزمایش می کنیم.»

مقام معظم رهبری پس از تشبیه حیات بشری به کاروانی که به سوی یک نهایی در حال حرکت دائمی است، می فرماید: «هر فرد انسان هم در طول زندگی خود در حال حرکت به یک منتها و غایت و سرمنزلی است: (اتک کادح الی ربک کدحا فملاقیه). این مسیر طولانی و پرفراز و نشیب از

گذرگاه‌های گوناگونی می‌گذرد؛ رنج‌ها در آن هست، بلاها در آن هست، سختی‌ها هست، گشایش‌ها و فرج‌ها و شادی‌ها در آن هست: «بَلَّوْنَاَهُمْ بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ»؛ همه این‌ها هم آزمایش است.» (بیانات در خطبه‌های نماز سعید عید فطر ۱۳۸۳/۸/۲۴).

مهم این است که آدمی شادی و خوشکامی را آزمونی الهی تلقی کند و بکوشد از آن سربلند به در آید. قرآن کریم به آزمودن برخی اقوام گذشته بوسیله اسباب و عوامل شادی آفرین چنین تصریح می‌کند: «وَلَقَدْ فَتَنَّا قَبْلَهُمْ قَوْمَ فِرْعَوْنَ وَجَاءَهُمْ رَسُولٌ كَرِيمٌ... وَنَعَّمَهُ كَانُوا فِيهَا فَكَاهِنِينَ» (دخان/ ۱۷ - ۲۷)؛ «و ما پیش از این امت قوم فرعون را آزمودیم... و نعمتی که در آن غرق شادمانی بودند. این آیه نشان می‌دهد که داده‌های خداوندی برای انسان‌ها عین بلا و امتحان است.» (طیب، الطیب البیان، ۱۳۶۶ ش: ۳/ ۴۵۴)؛ و نباید به آن دل بست و بی اندازه دلشاد شد. «لِئَلَّيْ لَا تَأْسُؤَ عَلَيَّ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ» (حدید/ ۲۳)؛ «این به خاطر آن است که برای آنچه از دست داده‌اید تأسف نخورید و به آنچه به شما داده است، دل بسته و شادمان نباشید.» ولی متأسفانه وقتی نعمتی دنیوی در اختیار انسان قرار می‌گیرد، به آن سرمست و بیش از حد شاد می‌شود (شوری/ ۴۸؛ هود/ ۱۰) و خالق این شادی‌ها و اسباب آن را فراموش می‌کند: «فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمُ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى إِذَا فَرِحُوا بِمَا أُوتُوا أَخَذْنَاهُمْ بَغْتَةً فَإِذَا هُمْ مُبْلِسُونَ» (انعام/ ۴۴).

۶. عبرت‌آموزی

سراسر حیات بشر آکنده از عبرت است. از نگاه مقام معظم رهبری، حتی حالات روانی انسان نیز مایه عبرت انسان هستند و بایسته است از آن در مسیر هدایت، پندآموزی کرد. ایشان عبرت‌آموزی از شادی و غم را ویژگی خردمندان دانسته می‌فرمایند: «غم‌ها و شادی‌ها همیشه با هم آمیخته است. انسان خردمند آن کسی است که هم از غم و هم از شادی عبرت و درس بگیرد؛ راه آینده را پیدا کند و به سمت آن حرکت نماید.» (بیانات در دیدار جمعی از فرماندهان و پرسنل ارتش، ۷۸/۱/۲۵).

داستان‌ها، سرگذشت‌های تلخ و شیرینی که در قرآن کریم از آن‌ها یاد شده، برای عبرت‌آموزی است. آیات متعددی افرادی که از کنار رخدادهای دنیوی بدون توجه می‌گذرند را مذمت کرده و به عبرت گرفتن از آنچه باعث شادی و غم شده است را گوشزد می‌کند. قرآن کریم ویژگی انسان‌های غیر مهذب را این‌گونه توصیف می‌کند: «وَلَئِنْ أَدْفَنَاهُ نِعْمَاءَ بَعْدَ صِرَاءٍ مَسْتَه لَيَقُولَنَّ ذَهَبَ السَّيِّئَاتُ عَنِّي إِنَّهُ لَفَرِحٌ فَخُورٌ» (هود/ ۱۰)؛ «و اگر بعد از شدت و رنجی که به او رسیده، نعمت‌هایی به او بچشانیم، می‌گوید: «مشکلات از من برطرف شد، و دیگر باز نخواهد گشت!» و غرق شادی و غفلت و

فخر فروشی می شود.»

منافقان و مشرکان از اشتباهات خود ناراحت نمی شوند، بلکه از با بی توجهی و از روی عناد، قهقهه مستانه سر می دهند. قرآن کریم آنان آیا از این سخن تعجب می کنید و می خندید و نمی گریید و پیوسته در غفلت و هوسرانی به سر می برید؟!

قرآن کریم پس از اشاره به قضا و قدر الهی، لزوم عبرت آموزی از شادی‌ها و غم‌ها را اینگونه بیان می کند: «لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ» (حدید/۲۳)؛ «این بخاطر آن است که برای آنچه از دست داده‌اید تأسف نخورید، و به آنچه به شما داده است دل بسته و شادمان نباشید؛ و خداوند هیچ متکبر فخر فروشی را دوست ندارد.»

۷. دوری از فساد و گناه

همانگونه که غم می تواند به فساد رفتاری منجر شود، شادی نیز می تواند زمینه ساز فساد گردد. توجه به حواشی و پیامدهای شادی را می توان به عنوان ضابطه‌ای برای شادی از منظر مقام معظم رهبری استنباط نمود. ایشان در حکم انتصاب ریاست سازمان صدا و سیما با تاکید بر اینکه شادی نباید عاملی برای گناه و فساد گردد، می نویسند: «توصیه‌ی مؤکد اینجانب، اهمیت دادن به برنامه‌های جوانان و نوجوانان است که باید ضمن برخورداری از استحکام بنیادین، با شیوه‌های جذاب و سالم و شادی بخش همراه باشد. در ارائه تصویر و صدا لازم است از هرگونه ارائه‌ای که متضمن بدآموزی در اندیشه و رفتار باشد، اجتناب شود تا این ابزار مهم و همگانی وسیله‌ی فساد و افساد نگردد.» (انتصاب آقای محمد هاشمی به ریاست سازمان صدا و سیما، ۶۸/۶/۲).

هیچ موقعیت مجوز ارتکاب گناه و مخالفت با دستورات خداوند متعال نیست، نمی توان به بهانه فراهم نمودن شادی، فرمان الهی را زیر پاگذارد و با نگرشی ماکیاولی، از هر ابزاری برای تفریح و سرگرمی و شادی بهره جست. تمسخر و ریشخند کردن به فردی که ویژگی خاصی دارد و یا در موقعیتی خاص قرار می گیرد، نمونه‌ای از رفتارهایی است که برخی افراد آن را زمینه شادی خود قرار می دهند. قرآن کریم، مومنان را از این کردار نهی فرموده و بر آن اینگونه استدلال می کند: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِّنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَن يَكُونُوا خَيْرًا مِّنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِّنْ نِّسَاءٍ عَسَىٰ أَن يَكُنَّ خَيْرًا مِّنْهُنَّ» (حجرات/۱۱)؛ «ای کسانی که ایمان آورده‌اید! نباید گروهی از مردان شما گروه دیگر را مسخره کنند، شاید آن‌ها از این‌ها بهتر باشند؛ و نه زنانی زنان دیگر را، شاید آنان بهتر از اینان باشند.» همانگونه که شادی نباید به گناه و فساد منجر شود، نباید بر انجام گناه شادی کرد. در آیاتی از سوره

توبه، شادی تخلف کنندگان از جنگ تبوک که به فرارشان از جنگ دلشاد بودند را شادی نایسته و نایسته دانسته است. «فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلَافَ رَسُولِ اللَّهِ» (توبه/ ۸۱) اگر تخلف از دستور رسول خدا (ص) در این چند روزه‌ی زندگی به صورت آسایش و شادی و سرور درمی آید، در عوالم دیگر حسرت و پشیمانی دامنه داری است و برای همیشه غم و اندوه را به همراه خواهد داشت (حسینی همدانی، انوار درخشان، ۱۴۰۴ ق: ۸۲/۷)؛ گرچه این آیه درباره تخلف کنندگان سرمست و خوش حال نازل شده، ولی ویژگی تمام آدمیان اهل گناه که به گناهان خود دلشادند و غافلانه خنده و قهقهه سر می دهند را بیان می کند (طیب، اطیب البیان، ۱۳۶۶ ش: ۲۸۱/۶).

شادی کردن به گناه آنسان ناشایست است که روایات معصومان آن را بدتر از خود گناه دانسته‌اند (الواسطی، عیون الحکم والمواعظ، ۱۳۷۶ ش: ۲۹۴) و از آن به شدت تحذیر کرده‌اند (اربلی، کشف الغمه فی معرفه الائمه، ۱۴۰۵ ق: ۱۰۸/۲).

۸. همراه با برنامه‌ریزی

رسیدن به هر هدفی، نیازمند برنامه‌ریزی است. هرچه برنامه ریزی دقیق‌تر باشد، امکان تحقق اهداف بیشتر است. رسیدن به شادی نیز از این امر مستثنی نیست. مقام معظم رهبری در سخنانی با مسئولان صدا و سیما می‌فرمایند: «شادی لازم است و باید آن را برای مردم تأمین کرد؛ منتها این کار برنامه‌ریزی می‌خواهد. البته شماها برنامه‌ریزی کرده‌اید. این مواردی که من می‌گویم (باید)، معنایش این نیست که شما نکرده‌اید. شما کارهای زیاد و خوبی کرده‌اید و من می‌خواهم بر ادامه‌ی آن‌ها تأکید کنم.» (بیانات در دیدار مسئولان سازمان صدا و سیما، ۸۳/۹/۱۱). اگر شادی با برنامه ریزی همراه نباشد، به آسیب‌های فراوانی مبتلا شده و مانع تحقق اهداف آن می‌شود.

در فرایند برنامه ریزی دو عمل انجام می‌شود: یکی تعیین هدف و دیگری تعیین چگونگی دستیابی به آن هدف. بنا براین برنامه ریزی را می‌توان فرایند تعیین اهداف و راهکارهای رسیدن به آن تعریف کرد (زارعی، یت منابع انسانی، ۱۳۸۰ ش: ۱۶۶، تقوی، نگرشی بر مدیریت اسلامی، ۱۳۸۰ ش: ۸۰).

قرآن کریم، از تدبیر و برنامه ریزی خداوند متعال برای جهان هستی خبر می‌دهد: «يَدَّبَّرُ الْأُمْرَ» (امور این جهان را تدبیر می‌کند). خداوند برای هر حرکتی، حسابی و برای هر حسابی، هدفی را در نظر گرفته است (مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۱۳۷۱ ش: ۱۱۳/۱۰).

۹. ابتکاری و کم خرج

ذائقه مادی و معنوی انسان، به مسائل و موضوعات جدید تمایل دارد. ابداع راه‌ها و زمینه نو و جدید برای ایجاد شادی اجتماعی مسئله است. ابتکار اگر با صرفجویی در هزینه‌ها همراه باشد، بهره‌وری را دوچندان می‌کند. مقام معظم رهبری توجه به دو بایسته ابتکار و جلوگیری از اسراف را به متولیان امر گوشزد می‌کنند و می‌فرمایند: «در سالهای گذشته، به برادران عرض کردیم که از همه چیز مهم‌تر این است که شیوه‌های ابتکاری و جدید و کم‌خرجی برای شادی مردم فکر کنید.» (بیانات در دیدار اعضای شورای هماهنگی تبلیغات اسلامی و مسؤولان ستاد برگزاری دهه فجر، ۱۱/۱۰/۶۹).

قرآن کریم اسراف کنندگان را از هدایت الهی محروم می‌داند (غافر/ ۲۸) و آنان را اهل آتش معرفی کرده و می‌فرماید: «وَأَنَّ الْمُسْرِفِينَ هُمْ أَصْحَابُ النَّارِ» (غافر/ ۴۳) اسرافگری، روحیه‌ای قارونی است (یونس/ ۸۳) که باعث هلاکت بسیاری از اقوام گذشته شده است (مائده/ ۲۳)

مقام معظم رهبری به طور خاص بر جلوگیری از اسراف در مجالس جشن و شادی تاکید کرده می‌فرمایند: «بنده راضی نیستم از کسانی که با خرج‌های سنگین و با اسراف در امر ازدواج، کار را بر دیگران مشکل می‌کنند. البته با جشن و شادی و مهمانی موافقیم ولی با اسراف مخالفیم.» (توصیه پس از اجرای خطبه عقد ۲۴/۵/۱۳۷۴). ایشان اسراف را یک بیماری اجتماعی (۱۳۸۵/۸/۱۸) و با تشبیه آن به لجنزار، و با الهام از آیات قرآن کریم (اسراء/ ۲۷) آن را وسوسه‌ی شیطانی می‌شمارند (۱۳۷۴/۱/۳).

۱۰. با مشارکت مومنان

خداوند متعال مسلمانان را به همراهی و همکاری با هم فراخوانده است (مائده/ ۲) این همراهی هم در شادی و هم در غم باید ادامه داشته باشد. مسلمانان باید دیگران را در شادی خویش شریک سازند و خود را شریک غم بدانند. مقام معظم رهبری این اصل و ضابطه قرآنی را این‌گونه بیان می‌کنند: «مسلمین باید به هم کمک کنند و در شادی یکدیگر شاد، و در غم یکدیگر غمگین باشند.» (بیانات در مراسم بیعت اقشار مختلف مردم، ۳۱/۳/۶۸). این همان نکته‌ای است که امام خمینی (ره) نیز بران تاکید داشتند و می‌فرمودند: «باید مسلمین همانطوری که قرآن شریف شما را برادر خوانده است، برادر باشید و در مصیبت و شادی هم شریک باشید.» (موسوی خمینی، صحیفه نور، ۱۳۶۴ ش: ۱۱/۲۶۱). محب واقعی، خویش را در غم و شادی محبوب شریک می‌داند. مقام معظم رهبری بر اساس بیان گهربار امام صادق (ع) که فرمودند: «رحم الله شیعتنا... یحزنون لحزننا و یفرحون لفرحنا» (حر

عاملی، وسائل الشیعه، ۱۳۹۱ ق: ۵۰۷/۱۴). آن را گواهی بر رابطه مومنان با معصومان می‌دانند و می‌فرمایند: «عاطفه مردم ما و پیوندشان با ائمه (ع) و عشقشان که در شادی آن‌ها حقیقتاً شاد می‌شوند و در عزای آن‌ها حقیقتاً محزون و غمگین می‌شوند، چیز بسیار مهمی است. حفظ و تقویت و پالودن و پیراستن و جهت دادن و هدایت این، برعهده کسانی از برگزیدگان - از جمله همین سلسله محترم مداحان که دارای این منصب عالی هستند - می‌باشد.» (بیانات در دیدار جمعی از مداحان، ۶۸/۱۰/۲۸).

قرآن کریم یکی از نشانه‌های منافقان را سرور و شادی هنگام مواجه شدن مسلمانان با شکست و آسیب در جنگ می‌داند و می‌فرماید: «إِنْ تُصِيبَكَ حَسَنَةٌ تَسُؤْهُمْ وَإِنْ تُصِيبَكَ مُصِيبَةٌ يَقُولُوا قَدْ أَخَذْنَا أَمْرَنَا مِنْ قَبْلُ وَتَوَلَّوْا وَهُمْ فَرِحُونَ» (توبه/ ۵۰)؛ «هرگاه نیکی به تو رسد، آن‌ها را ناراحت می‌کند؛ و اگر مصیبتی به تو رسد، می‌گویند: «ما تصمیم خود را از پیش گرفته‌ایم.» و باز می‌گردند در حالی که خوشحال‌اند!» این مضمون با عبارت دیگری نیز در سوره آل‌عمران چنین تکرار شده است. «إِنْ تَمَسَسْكُمْ حَسَنَةٌ تَسُؤْهُمْ وَإِنْ تُصِيبْكُمْ سَيِّئَةٌ يَفْرَحُوا بِهَا» (آل‌عمران/ ۱۲۰)؛ «اگر نیکی به شما برسد، آن‌ها را ناراحت می‌کند؛ و اگر حادثه ناگواری برای شما رخ دهد، خوشحال می‌شوند.»

روایات معصومین نیز همراهی با مومنان در غم و شادی را توصیه نموده و شادی کردن در برابر محزون را از ادب به دور دانسته‌اند (مجلسی، بحار الانوار، ۱۳۶۲ ش: ۸ / ۳۷۴)؛ امیرالمومنین فردی را با صدای بلند در تشییع جنازه‌ای می‌خندید مدمت کردند و او را به عبرت گرفتن از مرگ توصیه فرمودند (همان: ۶۵۳).

۱۱. رعایت شئون مسئله مورد شادی

عوامل، زمینه‌ها و مناسبت‌های فراوانی می‌توانند به بروز شادی منجر شوند. آنچه در این بین از اهمیت بسزایی برخوردار است، رعایت شئون رخدادی است که برای شادی صورت می‌گیرد. مقام معظم رهبری به تفاوت گونه‌های مناسبت‌های شاد و لزوم توجه به تمایزات آن‌ها اینگونه توجه می‌دهند: «نکته بعدی در زمینه‌ی جشن‌های مربوط به سالگرد ولادت ائمه در رادیوست. جشن باید شاد باشد؛ منتها جشن ائمه را باید با شادی روز سیزده بدر تفاوت گذاشت. اگر بنا باشد که روز تولد ائمه طوری شادی را تأمین کنیم که مثلاً در سیزده بدر تأمین می‌کنیم؛ یکی بیاید لطیفه‌یی بگوید و جمعی را بخنداند؛ هر چند من این را منع نمی‌کنم، اما آن را به حساب معارف نگذارید.» (بیانات در دیدار اعضای گروه ویژه و گروه معارف اسلامی صدا، ۱۳۷۰/۱۲/۱۳).



قرآن کریم تعظیم شعائر الهی را نشانه تقوای قلبی می‌داند: «وَمَنْ يَعْظِمِ شَعَائِرَ اللَّهِ فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ» (حج، ۳۲). «شعائر الله» معنای عامی دارد (طوسی، التبیان، ۱۴۰۹ ق: ۳/۴۱۸-۴۱۹؛ طبرسی، مجمع البیان، ۱۳۷۲ ش: ۱/۴۴۳؛ ۳/۲۶۴؛ فیض کاشانی، تفسیر الصافی، ۱۴۱۹ ق: ۲/۶؛ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ۱۳۷۱ ش: ۱۴/۹۶-۹۷)؛ و شامل تمام سرفصل‌های آیین الهی و برنامه‌های کلی و آنچه در نخستین برخورد با این آیین جلب توجه می‌کند، می‌شود (طبرسی، مجمع البیان، ۱۳۷۲ ش: ۳/۲۶۴). شادی و جشن در رخدادهای نشاط آفرین مرتبط با دین، را می‌توان نمونه‌ای از تعظیم شعائر الهی دانست که کاربرد تعبیر «تعظیم» در این آیه دلالت تامی بر لزوم رعایت شؤون و احترام آن مسئله حتی در برگزاری شادی‌هاست.

۱۲. همراه با اظهار و جلوه بیرونی

توانایی اظهار آنچه در دل و ذهن می‌گذرد را خداوند متعال در اختیار انسان قرار داده است. اظهار خشم و رضایت، غم و اندوه و شادی از آن جمله‌اند. به عبارت دیگر، انسان در برابر رخدادهای مختلفی که در دنیای اطرافش وجود دارد، واکنش‌های خاص و متناسب آن‌ها را بروز می‌دهد. واکنش داشتن در برابر اتفاقات شادی آفرین از این جمله است. این واکنش می‌تواند باعث مشارکت دیگران در این نشاط شود.

مقام معظم رهبری خنده را یکی از عکس‌العمل‌های طبیعی آدمی برای نشان دادن شادی درونی است را اینگونه توصیف می‌کنند: «یکی از مقوله‌های بسیار مهم و یقیناً یکی از ضرورت‌های جامعه، لبخند است. لبخند یکی از نیازهای زندگی انسان است. زندگی بی‌شادی و بی‌لبخند، زندگی دوزخی است. زندگی بهشتی، زندگی با لبخند است.» ایشان در ادامه با استناد به روایتی از امیر المومنین در این باره می‌فرمایند: «حضرت علی فرمود: (المؤمن بشره فی وجهه و حزنه فی قلبه)؛ اگر غصه‌پی دارید، باید در دلتان نگه دارید؛ مؤمن این طوری است. لبخند و شادی مؤمن در چهره‌ی اوست. اصلاً چهره‌ها باید شاد باشد. اگر با چهره‌ی خودتان می‌توانید به جامعه شادی بدهید، باید این کار را بکنید.» (بیانات در دیدار گروه ورزش و سرگرمی، ۱۳۷۱/۱۰/۱).

قرآن کریم نیز به شاد بودن و شادی کردن پس از بهره‌مندی از فضل و رحمت الهی دستور می‌دهد و می‌فرماید: «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبَدَّلِكِ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ» (یونس/۵۸)؛ «بگو به فضل و رحمت خدا باید خوشحال شوند که از آنچه گردآوری کرده‌اند بهتر است.» جمع بودن فعل «فَلْيَفْرَحُوا» نشان از این دارد که این شادی باید اظهار شده و با دیگران به اشتراک گذاری شود.



در قرآن کریم واژه «تبسم» یک بار در ماجرای سلیمان و مورچه و در کنار «ضحک» آمده است. «فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِّنْ قَوْلِهَا» (نمل، ۱۹) (سلیمان از سخن او تبسمی کرد و خندید). ضحک که معنای نزدیک به تبسم دارد در قرآن ده مرتبه به کار برده شده است. گذشتن از حد تبسم و آشکار شدن خنده در جریان حضرت سلیمان را مفسران دلیل ترکیب تبسم با ضحک دانسته‌اند (زمخشری، الکشاف، ۱۴۰۷ ق: ۳/۳۵۶؛ طباطبایی، المیزان، ۱۴۱۷ ق: ۱۵/۳۵۲).

روایات معصومان نیز تبسم و گشاده رویی که نوعی اظهار شادی است را سرآغاز نیکی و جلب کننده محبت و از بین برنده کینه می‌دانند (دیلمی، اعلام الدین فی صفات المؤمنین، ۱۴۰۸ ق: ۱۲۰).

نتیجه

شادی و سرور از جمله نیازهای ضروری حیات بشری است. این نیاز که از فطرت انسان برخاسته، در کلام وحی و متون دینی به طور ویژه مورد تأکید قرار گرفته است. پیشوایان و رهبران دینی که سخنانشان مایه گرفته از متون وحیانی است به تشریح ابعاد این نیاز فطری آدمی پرداخته‌اند. آنان زمینه‌ها و عوامل شادی آفرین را بیان و با تبیین حدود و ضوابط این حس انسانی، هدف از آفرینش آن را تشریح کرده‌اند.

مقام معظم رهبری در بیانات و مکتوباتشان به برخی از این زوایا پرداخته‌اند. در نگاه ایشان، همان‌گونه که رعایت ضوابط شادی صحیح، می‌تواند به زمینه‌سازی تعالی فرد و جامعه کمک کند، رعایت نشدن این ضوابط، زمینه فساد را در فرد و جامعه فراهم می‌سازد. امام خامنه‌ای معتقدند که با برنامه‌ریزی برخی فعالیت‌های ساده، ابتکاری و کم‌خرج، می‌توان زمینه ایجاد نشاط و انتقال آن به جامعه را فراهم کرد، شادی‌ای که با هدفی متعالی و به قصد عبادت انجام شود و به مثابه آزمونی الهی تلقی شود.

ایشان فاخر بودن اسباب شادی آفرین و دوری از لودگی و گناه را از جمله شرایط ظنز و دیگر اسباب شادی دانسته و عبرت‌آموزی و توجه به فلسفه و هدف شادی را بایسته و ضروری می‌دانند. تفکر در آیات قرآن کریم نشان می‌دهد مجموعه آنچه از کلام مقام معظم رهبری برداشت می‌شود، الهام گرفته از این کتاب آسمانی است که سبک زندگی شاد و با نشاطی را برای بشر برنامه‌ریزی کرده است.



منابع:

۱. قرآن کریم، ترجمه مکارم شیرازی، ناصر، نشر دار القرآن الکریم، قم (۱۳۷۳ ش).
۲. ابن منظور، محمد بن مکرم، لسان العرب، دارصادر بیروت، چاپ سوم (۱۴۱۴ ق).
۳. اربلی، ابوالفتح، کشف الغمه فی معرفه الاثمه، دوم، بیروت، دارالاضواء (۱۴۰۵ ق).
۴. آلوسی، شهاب الدین سید محمود، روح المعانی فی تفسیر القرآن، داراحیاء التراث العربی، چاپ چهارم، (۱۴۰۵ ق).
۵. تقوی، سیدرضا، نگرشی بر مدیریت اسلامی، تهران، نشر بین الملل (۱۳۸۰ ش).
۶. الحرّ العاملی، محمد بن حسن، وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، دارالاحیاء التراث العربی، چاپ چهارم (۱۳۹۱ ق).
۷. الحرانی، حسن بن شعبه، تحف العقول عن اخبار آل الرسول (ص)، به کوشش علی اکبر غفاری، دوم، قم، نشر الاسلامی، (۱۴۰۴ ق).
۸. حسینی همدانی، سید محمد حسین، انوار درخشان، کتابفروشی لطفی، تهران، چاپ اول (۱۴۰۴ ق).
۹. حلبی، علی اصغر، تاریخ طنز و شوخ طبعی، نشر اساطیر (۱۳۹۸ ش).
۱۰. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، مؤسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، چاپ دوم (۱۳۷۷ ش).
۱۱. دیلمی، حسن بن محمد، اعلام الدین فی صفات المؤمنین، مؤسسه آل البيت علیهم السلام، قم، چاپ اول، (۱۴۰۸ ق).
۱۲. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات ألفاظ القرآن، ذوی القربی، چاپ پنجم (۱۴۲۶ ق).
۱۳. زارعی متین، حسن، مدیریت منابع انسانی، نشر بوستان کتاب، قم (۱۳۹۳ ش).
۱۴. زحیلی، وهبه بن مصطفى، التفسیر المنیر فی العقیده و الشریعه و المنهج، دارالفکر المعاصر، بیروت، چاپ دوم (۱۴۱۸ ق).
۱۵. زمخشری، محمود، الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، دارالکتاب العربی، بیروت، چاپ سوم (۱۴۰۷ ق).
۱۶. صدوق، محمد بن علی بن بابویه، أمالی، مؤسسه بعثت تهران (۱۴۱۷ ق).
۱۷. طباطبایی، سید محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، دفتر انتشارات اسلامی جامعه



- مدرسین حوزه علمیه قم، چاپ: پنجم (۱۴۱۷ ق.).
۱۸. طبرسی، فضل بن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، چاپ سوم، ناصر خسرو تهران (۱۳۷۲ ش.).
۱۹. طوسی، محمد بن حسن، التبیان فی تفسیر القرآن، دارالاحیاء التراث العربی (۱۴۰۹ ق.).
۲۰. طیب، سید عبدالحسین، اطیب البیان فی تفسیر القرآن، انتشارات اسلام، تهران، چاپ دوم (۱۳۶۶ ش.).
۲۱. عسکری، ابی هلال، معجم فروق اللغویه، موسسه نشر اسلامی (۱۴۱۲ ق.).
۲۲. فیض کاشانی، ملا محمد محسن، تفسیر الصافی، دارالکتب اسلامیة (۱۴۱۹ ق.).
۲۳. الفیومی، احمد بن محمد، مصباح المنیر، دارالهجره (۱۴۰۵ ق.).
۲۴. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، تهران، دار الکتب الإسلامیه، چاپ چهارم (۱۴۰۷ ق.).
۲۵. مجلسی، محمد باقر، بحار الانوار الجامعه لدرر أخبار الأئمة الأطهار (ع)، دارالکتب الاسلامیه، چاپ دوم، (۱۳۶۲ ش.).
۲۶. مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، مرکز کتاب لترجمه و النشر، چاپ اول (۱۴۰۲ ق.).
۲۷. معین، محمد، فرهنگ معین، تهران، سرایش (۱۳۸۱ ش.).
۲۸. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، دارالکتب اسلامیة، چاپ بیست و هشتم (۱۳۷۱ ش.).
۲۹. موسوی خمینی، سید روح اللّه، صحیفه نور، مرکز مدارک فرهنگی انقلاب اسلامی (۱۳۶۴ ش.).
۳۰. میرشاه جعفری، ابراهیم؛ محمدرضا عابدی و هدایت الله دریکوندی، «شادمانی و عوامل مؤثر بر آن»، تازه‌های علوم شناختی، سال چهارم، ش ۳/ ۵۸-۵۰، ۱۳۸۱ ش.
۳۱. نهج البلاغه، سیدرضی، ترجمه فیض الاسلام، نشر فیض الاسلام (۱۳۶۸ ش.).
۳۲. الواسطی، علی بن محمد، عیون الحکم والمواعظ، قم، دارالحدیث (۱۳۷۶ ش.).
۱. سخنان، پیام‌ها و نامه‌های مقام معظم رهبری (مدظله) در <https://farsi.khamenei.ir/> و <https://www.leader.ir/>.

References

۱. The Holy Quran, Translated by Makarem Shirazi, Naser, Published by Dar al-Quran al-Karim, Qom (۱۹۹۴).
۲. Al-Fabinyumi, Ahmad Ibn Muhammad, Misbah al-Munir (A Luminescent Lamp), Dar al-Hijrah (۱۴۰۵ AH).
۳. Al-Harrani, Hassan bin Shu'bah, Tuhaf al-Uqul an Akhbar Al al-Rasul, Prepared by Akbar Ghaffari, ۲nd Edition, Qom, Islamic Publishing, (۱۴۰۴ AH).
۴. Al-Hurr al-Amili, Muhammad ibn Hassan, Wasail al-Shiah ila Tahsil al-Shariah, Dar Ihya al-Turath al-Arabi, ۴th Edition (۱۳۹۱ AH).
۵. Alusi, Shahab al-Din Sayyid Mahmud, Ruh al-Ma'ani fi Tafsir al-Quran (The Spirit of Meanings in the Interpretation of the Quran), Darahiyah Al-Tarath Al-Arabi, Fourth Edition, (۱۴۰۵ AH).
۶. Al-Wasiti, Ali bin Muhammad, Uyun al-Hikam wa al-Mawaiz, Qom, Dar al-Hadith (۱۹۹۸).
۷. Arbili, Abu al-Fatah, Kashf al-Ghummah fi Ma'rifah al-Aimmah (The Discovery of Sorrow in the Knowledge of the Imams), ۲nd Edition, Beirut, Dar al-Adhwa' (۱۴۰۵ AH).
۸. Argyle, M "Personality, Self-Esteem and Demographic Predictions of Happiness and Depression", the Journal of Personality & Social Psychology, ۳۲ (۸), P.۹۱۲-۹۲۰. (۲۰۰۱).
۹. Askari, Abi Hilal, Dictionary of Linguistics Differences, Islamic Publishing Institute (۱۴۱۲ AH).
۱۰. Bandura, A "Self-Efficacy: Toward a Unifying Theory of Behavioral Change", Psychological Review, ۸۴, P.۱۹۱-۲۱۵. (۱۹۹۷).
۱۱. Bridges, L.T.; N.G. Margie & J.F. Zaff "Background for Community Level Work on Emotional Well-being in Adolescence: Reviewing the Literature on Contributing Factors", <http://www.Childrens.org/files/Kemotioal.pdf>. (۲۰۰۲).
۱۲. Buss, D.M "The Evolution of Happiness", American Psychologist, ۵۵ (۱), ۱۵, P.۲۳-۲۷. (۲۰۰۰).
۱۳. Daylami, Hassan bin Muhammad, A'lam al-Din fi Sifat al-Mu'minin, Alul Bayt Foundation, Qom, ۱st Edition, (۱۴۰۸ AH).



۱۴. Dehkhoda, Ali Akbar, Dehkhoda's Dictionary, Institute of Publishing and Printing, University of Tehran, ۲nd Edition (۱۹۹۸).
۱۵. Dickey, M.T "The Pursuit of Happiness", [Http://www.Dickey.org/happy.htm](http://www.Dickey.org/happy.htm). (۱۹۹۹).
۱۶. Eddington, N. & R. Shuman "Subjective Well-being Presented by Continuity Psychology Education", The Journal of Personality & Social Psychology, ۳۴ (۸), P. ۴۱-۵۷. (۲۰۰۴).
۱۷. Eysenck, H.J., Happiness, Fact and Myths, London, Lawrence Erlbaum. (۱۹۹۰).
۱۸. Fayz Kashani, Mullah Muhammad Muhsin, Tafsir al-Safi, Dar al-Kutub al-Islamiyyah (۱۴۱۹ AH).
۱۹. Halabi, Ali Asghar, History of Humor, Asatir Publishing (۲۰۱۹).
۲۰. Hosseini Hamadani, Seyyed Muhammad Hossein, Awar Derakhshan (The Shining Stars), Lutfi Bookstore, Tehran, ۱st Edition (۱۴۰۴ AH).
۲۱. Ibn Manzoor, Muhammad bin Mukarrm, Lisan al-Arab (The Language of Arabs), Dar Sader Beirut, ۳rd Edition (۱۴۱۴ AH).
۲۲. Kulayni, Muhammad bin Ya'qub, Al-Kafi, Tehran, Dar al-Kutub al-Islamiyyah, ۴th Edition (۱۴۰۷ AH).
۲۳. Lupri, E. & J. Freideres "Happiness: What Studies on Twins Show us about Nature and Happiness Set Point?" New York, Golden Books. (۱۹۹۹).
۲۴. Majlisi, Muhammad Baqir, Bihar al-Anwar al-Jami'ah li Durar Akhbar al-Aimah al-Athar (The Oceans of Lights Comprising the Pearls of Narrations from Holy Imams (AS)), Dar al-Kutub al-Islamiyyah, ۲nd Edition, (۱۹۸۳).
۲۵. Makarem Shirazi, Naser, Tafsir Nemooneh (The Ideal Exegesis), Dar al-Kutub al-Islamiyyah, ۲th Edition (۱۹۹۲).
۲۶. Matlin, M.W. & V.J. Gawron, "Individual Differences in Pollyannaism", Journal of Personality Assessment, ۴۳, P. ۴۱۱-۴۲۷. (۱۹۷۹).
۲۷. Mirshah Jafari, Ibrahim; Muhammad Reza Abidi and Heiyatullah Drikundi, "Happiness and the Factors Affecting It", Cognitive Sciences Modern Theories, ۴th Year, Vol. ۳ / ۵۸-۵۰, ۲۰۰۲.



۲۸. Moein, Muhammad, Moein's Glossary, Tehran, Surayehs (۲۰۰۲).
۲۹. Mousavi Khomeini, Seyyed Ruhollah, Sahifah Noor, Center for Cultural Documents of the Islamic Revolution (۱۹۸۵).
۳۰. Mustafavi, Hassan, Al-Tahqiq fi Kalimat al-Quran al-Karim (Research in the Words of the Holy Quran), Center for Translation and Publishing, ۱st Edition (۱۴۰۲ AH).
۳۱. Myers, D.G "The Funds, Friends and Faith of Happy People", American Psychologist, ۵۵, P.۵۶-۵۷. (۲۰۰۰).
۳۲. Paragament, K.I. & A. Mahoney "Spirituality", in C.R. Snyder, & S.J. Lopez (Eds)., Handbook of Positive Psychology, Oxford, Oxford University Press. (۲۰۰۲).
۳۳. Paragament, K.I.; B. Cole; K.L. Vander creek; T. Blavich; C. Brant & L. Perez "Religions and Search for Control in the Hospital Waiting Room", Journal of Health Psychology, ۴ (۳), P.۳۲۷-۳۴۱. (۱۹۹۹).
۳۴. Raghieb Isfahani, Hossein bin Muhammad, Mufradat Alfaz al-Quran (Glosary of the Words of the Quran), Dhawi al-Qurba, ۵th Edition (۱۴۲۶ AH).
۳۵. Remarks, Messages and Letters of the Supreme Leader at (<https://farsi.khamenei.ir/> and <https://www.leader.ir/>)
۳۶. Richards, R "How much does Social Capitals Add to Individual Health? A Survey Study of Russians", Social Sciences & Medicine, ۵۱ (۹), P.۱۴۲-۱۴۹. (۲۰۰۰).
۳۷. Saduq, Muhammad binAli bin Babawayh, Amali (The Dictations), Tehran, Be'thaat Institute (۱۴۱۷ AH).
۳۸. Seyyed Razi, Nahj al-Balaghah, Translated by Fayz al-Islam, Published by Fayz al-Islam (۱۹۸۹).
۳۹. Slovey, P.; A.J. Rothman; J. Detweler; J.B. Develer & W.T. Steward "Emotional States and Physical Health", American psychologist, ۵۵ (۱), P.۱۱۰-۱۲۱. (۲۰۰۰).
۴۰. Tabarsi, Fadhl bin Hassan, Majma' al-Bayan fi Tafsir al-Quran (The Confluence of Expressions of Quranic Exegesis), ۳rd Edition, Naser Khosrow Tehran (۱۹۹۳).



۴۱. Tabatabai, Seyyed Muhammad Hossein, Al-Mizan fi Tafsir al-Quran, Islamic Publications Office of the Society of Teachers of the Seminary of Qom, ۵th Edition (۱۴۱۷ AH).
۴۲. Taqavi, Seyyed Reza, An Attitude Towards Islamic Management, Tehran, International Publishing (۲۰۰۱).
۴۳. Tayyib, Seyyed Abdul Hossein, Atyab al-Bayan fi Tafsir al-Quran (The Best Expression in Quranic Exegesis), Islam Publications, Tehran, ۲nd Edition (۱۹۸۷).
۴۴. Tusi, Muhammad bin Hassan, Al-Tibyan fi Tafsir Al-Quran (The Clarification in Quranic Exegesis), Dar al-Ihya al-Turath al-Arabi (۱۴۰۹ AH).
۴۵. Veenhoven, "The Utility of Happiness", Social Indicators Research, ۲۰, P.۲۵۴-۳۳۳. R (۱۹۸۸).
۴۶. Wilson, W "Correlates of Vowed Happiness", Psychological Bulletin, ۶۷, P.۲۹۴-۳۰۶. (۱۹۶۷).
۴۷. Zamakhshari, Mahmoud, Al-Kashshaf an Haqaiq Ghawamidh al-Tanzil (The Discovery of the Ambiguities of the Revelation), Dar al-Kutub al-Arabiyyah, Beirut, ۳rd Edition (۱۴۰۷ AH).
۴۸. Zari'ei Matin, Hassan, Human Resources Management, Bustan eKetab Publishing, Qom (۲۰۱۴).
۴۹. Zuhiali, Wahbah bin Mustafa, Tafsir Al-Munir in Belief, Sharia and Methodology, Dar al-Fikr al-Muasir, Beirut, ۲nd Edition (۱۴۱۸ AH).