

سرشناسه : محمدی ری، مهدی، ۱۳۲۵
عنوان و نام پدیدآور : الگوی شایسته قرآن و حدیث (فارسی) / محمدی ری شهری،
باهمکاری سید رسول موسوی، عباس، پستدیده.
مشخصات نشر : قم : موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث، سازمان چاپ و نشر، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری : ۳۴۷ ص.

ISBN 978-964-493-639-5

وضعیت فهرست نویسی : فیا
موضوع : شادی -- جنبه‌های مذهبی - اسلام
موضوع : شادی -- احادیث
موضوع : شادی -- جنبه‌های قرآنی
شناسه افزوده : موسوی، سید رسول، ۱۳۴۰-
شناسه افزوده : پستدیده، عباس، ۱۳۴۸-
شناسه افزوده : موسسه علمی فرهنگی دارالحدیث
رده بندی کنگره : الف ۱۳۹۱ / الف ۷ / م ۳۵ / م ۳۲ / ۸۸ / ۲۳۲ BP
رده بندی دیویی : ۲۹۷ / ۶۳۷
شماره کتابشناسی ملی : ۲۹۸۱۸۸۱

الکوی شادی

از نگاه قرآن و حدیث

(نقدی)

محمد علی شیری

مترجم:
مرتضی خوش‌نصیب

بازنگاری:
میدرول موسوی، عباس پهنیده

الکوی شادی از نگاه قرآن و حدیث (فارسی)

محمد محمدی ری شهری

با همکاری: سید رسول موسوی، عباس پسندیده

مترجم: مرتضی خوش نصیب

اخذ و مصدريابی احادیث: علی چچمی (نجفی)، مسلم مهدی زاده، احمد رضا شاه جعفری، علیرضا نظری خرم، محمود طرازکوهی
بازبین مصدريابی: محمد مهدی احسانی فر
بازبین ترجمه: محمد مرادی، محمد هادی خالقی
بازبین نهایی: سید مجتبی غیوری
مقابله گرامر: ناصر: عبد الکریم حلفی، علیرضا نظری خرم، محمد علی دباغی
سروراستار: محمد هادی خالقی
ویراستار فارسی: سید باقری زاده اشعری، حسین پورشریف
نمونه خوان فارسی: علی ننگان، سید هاشم شهرستانی، محمود سپاسی
صفحه آرا: فخر الدین جادوگر
حروفچین: حسین افخمیان
خوش نویس: حسن فرزندگان
مدیر آماده سازی: محمد باقر نجفی

ناشر: سازمان چاپ و نشر دار الحدیث

چاپ: دوم / ۱۳۹۲

چاپخانه: دارالحدیث

شمارگان: ۱۰۰۰

قیمت: ۸۰۰۰ تومان



دفتر مرکزی: قم، میدان شهدا، خیابان معلم، پلاک ۱۲۵ تلفن: ۷۷۴۰۵۲۳ - ۰۲۵۱ / فاکس:

۷۷۴۰۵۷۱ - ۰۲۵۱ / ص پ ۴۴۶۸ / ۳۷۱۸۵

نمایشگاه دانی علوم حدیث (قم، خیابان معلم) تلفن: ۷۷۴۰۵۴۵ - ۰۲۵۱ / فروشگاه شماره «۲»

(شهر ری، حرم حضرت عبدالعظیم حسنی علیه السلام درب شرقی ۷) تلفن: ۵۵۹۵۲۸۶۲ - ۰۲۱

فروشگاه شماره «۳» (مشهد مقدس، چهار راه شهدا، ضلع شمالی باغ نادری، مجتمع فرهنگی

تجاری گنجینه کتاب، طبقه هم کف: ۳ - ۲۲۴۰۰۶۲ - ۰۵۱۱

<http://darolhadith.ir>

darolhadith.20@gmail.com

ISBN: 978 - 964 - 493 - 639 - 5

* کلیه حقوق چاپ و نشر برای ناشر محفوظ است

فهرست اجمالی

۷	پیش‌گفتار.....
۱۹	فصل یکم: درامای بر «الگوی شادی در اسلام».....
۳۹	اصل اول: مبارزه با آنف‌های شادی.....
۴۶	اصل دوم: درمان بیماری نگرانی‌های ناروا.....
۸۸	اصل سوم: به کار بستن عوامل شادی‌آفرین.....
۱۱۹	اصل چهارم: تلاش برای شادکامی دیگران.....
۱۲۸	اصل پنجم: رعایت آداب شادی.....
۱۳۵	فصل دوم: نگاهی عمومی به شادمانی و اندوه.....
۱۵۱	فصل سوم: موانع شادمانی.....
۱۷۹	فصل چهارم: درمان اندوه.....
۲۳۳	فصل پنجم: عوامل شادمانی.....
۲۶۳	فصل ششم: شاد کردن و غمگین ساختن.....
۲۸۹	فصل هفتم: آداب شادمانی.....
۲۹۷	فصل هشتم: غصه‌هایی که شادی به دنبال می‌آورند.....
۳۰۵	فصل نهم: شادی‌هایی که اندوه در پی می‌آورند.....
۳۱۵	فهرست منابع و مآخذ.....

پیش‌گفتار

اضطراب و نگرانی، مهم‌ترین مشکل انسان عصر حاضر است^۱ و به همین خاطر، از دوران کنونی، به «عصر اضطراب» یاد می‌شود.^۲ فرد مضطرب، با «احساس رنج‌آوری» دست و پنجه نرم می‌کند که به یک موقعیت ضربه‌آمیز کنونی یا به انتظار خطری از ناحیه چیزی نامعین، وابسته است. در چنین وضعیتی، فرد مضطرب، احساس ناایمنی یا تهدید می‌کند که منبع آن به روشنی قابل درک نیست.^۳ اضطراب، شامل احساس عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی نیزولوژیک می‌گردد. شخصی که مضطرب است، از عصبی بودن و تنش و بی‌قراری و تحریک‌پذیری شکایت می‌کند و اغلب در به خواب رفتن، مشکل دارد. شخص مضطرب، به آسانی خسته می‌شود، و حالاتی چون: دل‌آشوبی، سرگردانی، تنش عضلانی و

۱. اضطراب و نگرانی از آینده و حساس بودن نسبت به آن، به منزله بخشی از زندگی انسان، در همه افراد سالم، باید در حد اعتدال وجود داشته باشد. این اضطراب، سازنده و مفید است و باعث می‌شود تا انسان برای موفقیت و کامیابی به حرکت درآید و موانع آن را از سر راه بردارد و از خطر بگریزد. مشکل از جایی شروع می‌شود که این حالت، از حد اعتدال خارج شود و جنبه افراطی و مزمن پیدا کند و فرد را به درماندگی و شکست بکشاند (ر.ک: آسیب‌شناسی روانی: ص ۶۱).

۲. درآمدی بر روان‌شناسی دین: ص ۱۵۱.

۳. آسیب‌شناسی روانی: ص ۶۱.

اشکال در تمرکز فکر دارد.^۱

بررسی‌ها نشان می‌دهند که بیش از یک سوم بزرگسالان، دچار ناراحتی‌های عصبی، خصوصاً اضطراب‌اند.^۲ اضطرابِ مَرَضی، اثر منفی بر سلامت جسمانی و زوانی افراد دارد و بهداشت شخصی فرد را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. مشکلاتی که اضطراب به همراه دارد، در سه دسته: بدنی، شناختی (فکری - ذهنی) و روانی، قابل دسته‌بندی‌اند. افراد مضطرب، در جنبهٔ بدنی با تپش قلب، تنگی نفس، از دست دادن اشتها، تهوع، بیخوابی، تکرر ادرار، چهرهٔ برافروخته، تعریق، اختلال گفتار، و بی‌قراری روبه‌رو هستند. این افراد به لحاظ شناختی، دچار سردرگمی، اختلال در حافظه و تمرکز، حواس پرتی، ترس از دست دادن کنترل، گوش به زنگی و افکار تکراری می‌شوند. از دیگر جوانیز مشکلاتی همچون: عصبی بودن، بی‌طاقتی، نگرانی، وحشت‌زدگی، دل‌ریسی، افسردگی، تنیدگی، ترس، هیجان‌زدگی و کم‌رویی، از جمله مشکلات روانی‌ای هستند که فرد مضطرب، با آنها درگیر است.^۳

گذشته از اضطراب، بشر با مسئلهٔ دیگری به نام فشار روانی (استرس)^۴ نیز روبه‌روست که امروزه از آن به «بیماری جدید تمدن» یاد می‌شود.^۵ هر چند تعریف مشخصی از استرس ارائه نشده، اما در یک تعریف ساده و روشن - که براون و کمپبل (در پژوهشی در ۱۹۹۴ م) آن را رایج کرده‌اند -، فشار

۱. روان‌شناسی مرضی: ص ۳۵۹.

۲. همان جا.

۳. مهارت‌های زندگی: ص ۲۱۰.

4. stress.

۵. همان: ص ۲۵.

روانی «فشاری است که از خارج بر فرد، تحمیل می‌شود و ناراحتی‌های جسمانی و روانی را در پی دارد».^۱ این عامل، نقش مهمی در بیماری‌های جسمی و روانی ما دارد که از آنها به عنوان بیماری‌های «روان‌تنی» یا «روانی-فیزیولوژیک» نام برده می‌شود.^۲ پژوهش‌ها نشان می‌دهند که فشار روانی، در سیستم ایمنی^۳ بدن ما - یعنی ساز و کاری که از طریق آن، بدن ما، مواد و متجاوزان بالقوه آسیب‌رسان (نظیر: باکتری‌ها، ویروس‌ها و سلول‌های سرطانی) را تشخیص می‌دهد و نابود می‌سازد - اختلال ایجاد می‌کند^۴ و موجب افزایش ابتلا به بیماری‌های جسمانی مانند سرماخوردگی و غیر آن می‌شود.^۵ همچنین، تحقیقات نشان داده است که استرس شغلی زیاد، موجب بالا رفتن فشار خون و بزرگی غیر طبیعی قلب و حتی تپش نامنظم آن و گاه، مرگ ناگهانی می‌شود.^۶

در طرف مقابل، پژوهش‌های محکمی وجود دارد که رابطه شادی با سلامت جسمانی و روانی را تأیید می‌کند. شواهدی که نشان می‌دهد که

۱. تنیدگی یا استرس؛ بیماری جدید تمدن: ص ۱۵.
۲. در نخستین دهه‌های قرن حاضر، متخصصان بالینی به کشف بیماری‌هایی نایل شدند که به نظر می‌رسید ناشی از تعامل عوامل روانی و جسمانی باشند. شناخته‌ترین این اختلال‌ها عبارت بودند از: زخم معده، نفس‌تنگی، سردرد مزمن، فشار خون و اختلال‌های قلبی - عروقی که نخستین مجموعه‌های تشخیصی و آماری انجمن روان پزشکی آمریکا (DSM IV)، این بیماری‌ها را بیماری‌های «روان‌تنی» یا «روانی-فیزیولوژیک» نامیدند (ر.ک: همان: ص ۱۷).

3. immune system.

۴. روان‌شناسی اجتماعی: ص ۷۷۱.

۵. روان‌شناسی سلامت: ص ۲۰۹.

۶. همان: ص ۲۱۱.

شادی، تأثیر مهمی بر طول عمر دارد^۱ و احتمال ادامه حیات، توانایی کارکردی و فعال بودن، در مورد افراد شاد، دو برابر افراد ناشاد است^۲ و نیز عملکرد سیستم ایمنی آنان، مؤثرتر از افراد ناشاد است^۳ و بخت بیشتری برای داشتن جسمی سالم دارند.^۴ همچنین شادی، رابطه مستقیم با بهبود بیماری و کاهش علائم استرس دارد.^۵ پژوهش‌ها همچنین نشان می‌دهد که هیجان‌های مثبت (همچون شادی) به ما این امکان را می‌دهد تا تحمل خود را در برابر درد، افزایش دهیم.^۶ همچنین شادمانی، خرسندی و شادی، از بروز بسیاری از بیماری‌ها و اختلالات روانی جلوگیری می‌کند. عاطفی بودن منفی، با گسترش از اختلالات روانی همراه است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که افراد بشاش، شاد و سرزنده، کمتر دچار مشکلات عصبی می‌شوند و کمتر از این مشکلات رنج می‌برند.^۷ تجربه کردن شادی و شوخ طبعی، روش مؤثری برای مقابله با عواطف منفی از قبیل غم، غمگینی و افسردگی است.^۸

شادترین ساکنان کره زمین

پژوهشی منتشر شده در مجله اقتصادی معتبر «فوربس»^۹ در آمریکا، مردم ده

۱. روان‌شناسی مثبت: ص ۵۴؛ شادمانی درونی: ص ۱۳.
۲. روان‌شناسی مثبت: ص ۵۴.
۳. همان: ص ۷۶.
۴. مهارت‌های زندگی: ص ۱۰۹.
۵. روان‌شناسی مثبت: ص ۵۲.
۶. همان: ص ۷۶.
۷. روان‌شناسی مثبت: ص ۳۶.
۸. افراد شوخ طبع، به مشکلات زندگی، با شوخ طبعی می‌نگرند و بدین ترتیب، با احساس ناراضی، مقابله می‌کنند (مهارت‌های زندگی: ص ۱۰۹).

کشور جهان را شادترین ساکنان کره زمین اعلام کرد. یکی از معیارهای انتخاب این ده کشور به عنوان شادترین کشورها در جهان، میزان تولید ناخالص داخلی در این کشورها بوده است. کارشناسان مجله اقتصادی «فوربس»، طی تحقیقات خود اعلام کردند که ساکنان این ده کشور، جزء شادترین و خوش‌حال‌ترین مردم روی کره زمین به شمار می‌روند و با توجه به بحران اقتصادی رو به رشدی که جهان را در بر گرفته، مردم این کشورها باز هم شادند.

بنا بر گزارش رسمی این مجله، کشورهای: دانمارک، فنلاند و هلند، در صدر این فهرست قرار دارند و پس از آنها: سوئد، ایرلند، کانادا، سوئیس، نیوزلند، نروژ و بلژیک به ترتیب در رده‌های بعدی قرار گرفته‌اند.

این، در حالی است که بر اساس گزارش همین مجله، میزان رضایتمندی مردم از زندگی در: دانمارک ۹۰/۱ درصد، فنلاند ۸۵/۹ درصد، هلند ۸۵/۱ درصد، سوئد ۸۲/۷ درصد، ایرلند ۸۱/۱ درصد، کانادا ۷۸ درصد، سوئیس ۷۷/۴ درصد، نیوزلند ۷۶/۷ درصد، نروژ ۷۶/۵ درصد و بلژیک ۷۶/۳ درصد است.^۱

گفتنی است یکی از معیارهای انتخاب این ده کشور به عنوان شادترین کشورها در جهان، میزان تولید ناخالص داخلی در این کشورها بوده است؛ چرا که به عنوان مثال، دانمارک با داشتن ۶۸ هزار دلار تولید ناخالص داخلی سرانه در سال ۲۰۰۹ میلادی، به عنوان اولین کشور در صدر قرار گرفته است. یکی دیگر از معیارها میزان ساعت کاری در هفته است. به طوری که در

۱. برای اطلاع از پژوهش‌های متعددی که با روش‌ها و مبانی متفاوت در باره میزان شادکامی ایرانیان انجام شده و نیز نتایج آنها، ز.ک: حدیث زندگی: ش ۴۱ ص ۹۴-۹۷ «میزان شادکامی ایرانیان در یک نگاه»، زهرا باقری).

کشورهای اسکاندیناوی (فنلاند، نروژ و سوئد)، مردم، کمتر از ۳۷ ساعت در هفته کار می‌کنند؛ ولی در کشورهای نظیر چین، مردم، بیش از ۴۷ ساعت در هفته کار می‌کنند؛ اما همچنان از زندگی خود می‌نالند و از نوع زندگی خود، ناراضی‌اند.

علاوه بر این، میزان نرخ بیکاری در دانمارک ۲ درصد، در نروژ ۲/۶ درصد و در هلند ۴/۵ درصد است؛ اما این میزان، بر اساس اعلام وزارت کار آمریکا، در این کشور، هم اکنون ۹ درصد تخمین زده شده است. بر اساس گزارش موربسن، مجموع عوامل پیش‌گفته باعث شده‌اند که ده کشور مورد اشاره، جزء بهترین و شادترین مناطق روی زمین به شمار روند و میزان طول عمر مردم در این ده کشور، بین ۸۵ تا ۹۰ سال باشد.

نقش رشد اقتصادی در شادمانی

تردید نیست که رشد اقتصادی سهم عمده‌ای در آماده‌سازی زیرساخت‌های شادکامی جامعه دارد. بر اساس تحقیقات دانشگاه انگلیسی «لیسستر»^۱ نیز دانمارک، شادترین کشور دنیا شناخته شده و دلیل آن چنین ذکر شده است: «ثبات سیاسی، نبود شهروند زیر خط فقر در جامعه، عدم وجود بیکاری، فرهنگ کاری راحت و بی‌تنش، خانواده‌های محکم و آمار طلاق بسیار پایین، شبکه دولتی خدمات اجتماعی، بیمه همگانی، مدارس و دانشگاه‌های رایگان با کیفیت آموزشی مناسب، هویت اجتماعی مشخص برای جوانان، طبیعت بکر و معماری شهری زیبا، آلودگی ناچیز محیط زیست، میزان پایین جرم و جنایت، امکانات شهرنشینی با کیفیت بسیار بالا، امکان ورزش‌های نزدیک به طبیعت مانند کوهنوردی، اسکی و سوارکاری

برای همه».

روشن است که امکانات رفاهی این کشور، در گزو رشد اقتصادی آن است و دولت‌هایی می‌توانند رضایت مردم خود را تأمین کنند که برنامه صحیحی برای رشد اقتصادی و به دنبال آن، رشد علمی و فرهنگی و توسعه رفاه اجتماعی داشته باشند؛ اما باید توجه داشت که:

اولاً، از مسائل مهم، این است که: درصد تأثیر عوامل اقتصادی در شادکامی چه قدر است؟ جدیدترین تحقیقات، نشان می‌دهند که این گونه عوامل، تنها ده درصد از شادکامی را تأمین می‌کنند. پراستفاده‌ترین و متقن‌ترین نظریه در این زمینه، نظریه‌های جدید در باره شادکامی، نظریه «شادکامی پایدار»^۱ سونیا لوبومیرسکی است^۲ که بر اساس آن، عوامل شادکامی به سه دسته طبقه‌بندی می‌شوند:

(۱) عوامل وضعی ژنتیک که بر اساس مطالعات انجام شده، بیشترین سهم

1. sustainable happiness.
2. Lyubomirsky, S., Tkach, C., & Sheldon, K. M. (2004). Pursuing sustained happiness through random acts of kindness and counting one's blessing: tests of two six-week interventions. Results presented in; Lyubomirsky and Sheldon (2005). Pursuing happiness: review of General Psychology.
- Lyubomirski, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect. *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). How to increase and sustain positive emotion: the effects of expressing gratitude and visualizing best possible selves? *Journal of Positive Psychology*, 1, 73-82.
- The promise of sustainable happiness. In S. J. Lopez (Ed), *Handbook of positive psychology*. NY: Oxford University Press. 2nd ed.: pp 667-677. Boehm, J. K., & lyubomirsky, S. (2009).

(۵۰٪) را در تعیین شادکامی افراد، به خود اختصاص داده‌اند.

(۲) عوامل مرتبط با شرایط زندگی^۱، همچون: سن، وضعیت تاهل/تجرد، وضعیت شغلی و سطح درآمد فرد و همچون عوامل جغرافیایی و متغیرهای زمینه‌ای (بافتی) نظیر: خانه و منطقه محل سکونت، نحوه پر کردن اوقات فراغت و نیز دارایی‌های مادی فرد که این عوامل اخیر، همگی در یک چیز، مشترک اند و آن، این که تقریباً ایستا و ثابت‌اند. این عوامل، علی‌رغم این که بسیار پر سر و صدا هستند و بخش عمده‌ای از توجه مردم و رسانه‌ها را به خود جلب می‌کنند، تنها حدود ده درصد از شادکامی را تبیین می‌کنند.^۲ بر اساس این نظر، افراد، خیلی سریع با دستاوردهای زندگی، سازگار می‌شوند و این دستاوردها برایشان عادی می‌شود و لذا دیگر از داشتن آنها شاد نمی‌شوند.^۳

(۳) عوامل مرتبط با فعالیت‌های ارادی (قصدمند).^۴ مراد از عوامل ارادی/اختیاری - که لوبو میرسکی و شلدون از آنها به عنوان «امیدبخش‌ترین ابزارها برای تغییر دادن سطح شادکامی افراد» یاد می‌کنند - اعمال اختیاری و مستلزم تلاش و کوشش اند که فرد، درگیر آنها می‌شود. چنین اعمالی می‌توانند شناختی (مثل: نگرش‌های مثبت یا خوش‌بینانه و پذیرش آنها)، رفتاری (مثل: مهربانی کردن به دیگران به طور مرتب یا ورزش کردن به طور مرتب)

1. life circumstances.

۲. اثر بخشی مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا جهت افزایش نشاط، خشنودی از زندگی، معناداری زندگی و کاهش افسردگی؛ تدوین مدلی برای اقدام، فرید براتی، تهران: دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی، ۱۳۸۸ ش: ص ۶۲.

۳. این، از نتایج پژوهش پیش‌گفته شلدون و لوبو میرسکی (۲۰۰۶م) (ص ۱۳۲) است.

4. intentional/Volitional activity.

یا ارادی و قصدمند (مثل: تعیین و پیگیری اهداف مهم و معنادار شخصی) باشند. وجه مشترک همه اینها، تلاش و تعهد ارادی (آگاهانه) است.^۱ به بیانی دیگر، اینها همان چیزهایی هستند که در ادبیات اسلامی از آنها با عنوان مسائل «اخلاقی» و «اعتقادی» یاد می‌کنیم. بر اساس بررسی‌ها، این عوامل، ۴۰ درصد باقی‌مانده شادکامی پایدار را تأمین می‌کنند.^۲



نمودار تعیین‌کننده‌های سه‌گانه شادکامی پایدار بر اساس نظریه لوبومیرسکی و همکاران البته در باره این که: آیا عوامل ژنتیک و اقلام به همین اندازه (۵۰٪) تأثیر دارند؟ و این که این بخش، غیر قابل تغییر است یا می‌توان آن را تغییر داد؟ و یا به طور کلی آیا توزیع درصدها دقیقاً همین است یا نه؟، ممکن است مباحث و ملاحظات و وجود داشته باشد؛ اما آنچه مهم است، این که به طور کلی ثابت شده است که عوامل شادکامی، تنها در عوامل مادی خلاصه نمی‌شوند و حتی عوامل مادی، نسبت به دیگر عوامل، تأثیر کمتری در شادکامی دارند. از این

1. Lyubomirsky, S., Tkach, C., & Sheldon, K. M. (2004). Pursuing sustained happiness through random acts of kindness and counting one's blessing: tests of two six-week interventions. Results presented in; Lyubomirsky and Sheldon (2005). Pursuing happiness: review of General Psychology, 0, 111-131.

رو، نباید ثروت و رشد اقتصادی را تنها عامل شادکامی دانست.

ثانیاً، به نظر می‌رسد که مقایسه کشورهای پرجمعیت، با کشوری مانند دانمارک که فقط پنج و نیم میلیون جمعیت دارد، صحیح نباشد.

ثالثاً، عوامل و آفات شادکامی، فراتر از عوامل و آفات اقتصادی و مادی است. ممکن است کسی هیچ نوع کمبود اقتصادی و رفاهی نداشته باشد، ولی به دلیل آفت‌های اخلاقی و یا به دلایل دیگری - که شرح آنها در این کتاب خواهد آمد - دچار نگرانی و افسردگی گردد. به عکس، ممکن است کسی دچار کمبود اقتصادی باشد و با این وصف، شاد باشد، چنان که امام علی علیه السلام در تبیین ویژگی‌های مؤمن می‌فرماید: «مَسْرُورٌ بِفَقْرِهِ»^۱ با این که فقیر است، شاد است.»

از سوی دیگر، رشد اقتصادی همگانی، به گونه‌ای که همه مردم جهان بتوانند از انواع امکانات علمی، فرهنگی و رفاهی برخوردار شوند، آرزویی است که به باور ما، جز در عصر ظهور امام مهدی علیه السلام محقق نخواهد شد. بر این اساس، مهم‌ترین مسئله در موضوع شادی، ارائه الگویی است که همگان بتوانند با پیروی از آن، در همه حال، شادکام باشند.

الگوی شادکامی در اسلام

با جرئت می‌توان گفت که یکی از معجزات اسلام، این است که چهارده قرن پیش از این، در عصر حاکمیت جهل بر جهان، الگویی از شادکامی را به جهانیان عرضه کرد، که در دوران شکوفایی علم، دانشمندان جهان، از طریق تجربه و به تدریج، به آن نزدیک می‌شوند.

الگوی که اسلام برای شادکامی ارائه داده است، مبتنی بر واقعیت‌های انسان و جهان است، به گونه‌ای که همگان می‌توانند با بهره‌گیری از آن، حتی در سخت‌ترین شرایط زندگی، شادکام باشند و کتاب حاضر، تلاشی است متواضعانه در جهت استخراج و تبیین این الگو. این کتاب، برای اولین بار، آموزه‌های پیامبر ﷺ و اهل بیت علیهم‌السلام را در موضوع شادی، به صورت جامع، و با نظامی نوین و آسان‌یاب، در اختیار همه علاقه‌مندان و بویژه پژوهشگران قرار می‌دهد، و فصل اول آن، جمع‌بندی این آموزه‌هاست که تحت عنوان «درآمدی بر الگوی شادی در اسلام» عرضه می‌گردد.

شایان ذکر است که در آیات و احادیث این کتاب، با همکاری فاضل ارجمند، جناب آقای سید رسول موسوی گردآوری و توسط این جانب تنظیم گردید. همچنین در نگارش «درآمد» آن، از همکاری فاضل گران‌قدر جناب آقای عباس پسندیده بهره بردم، که از ایشان و دیگر همکارانی که در «پژوهشکده علوم و معارف حدیث»، مراد ساماندهی این اثر یاری داده‌اند و نیز از مترجم بزرگوار آن، جناب آقای مرتضی خوش‌نویس، که با ترجمه زیبای خود، فهم آیات و احادیث این مجموعه را برای پارسی‌زبانان میسر ساخت - صمیمانه سپاس‌گزارم و از خداوند منان، برای همه آنان، پاداشی در خور فضل و کرامتش، مسئلت دارم.

رَبَّنَا! تَقَبَّلْ مِنَّا، إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ.

محمد محمدی ری‌شهری

ششم فروردین ۱۳۹۱

دوم جمادی‌اول ۱۴۲۳