

تقدیم و اهداء:

- * به پیشگاه رسول الله الاعظم که مفاهیم قرآن کریم بر قلب نازنین ایشان نازل گشت.
- * به اهل بیت : که حاملان و مفسران واقعی قرآنند.
- * به امام زمان روحی فداه که با ظهورشان شادی واقعی را به شیعیان شان اهداء می کنند.
- * به سرمایه های زندگانی ام پدر و مادر عزیزم که با فداکاری ها و ایثارهای بی دریغشان پیمودن مسیر طولانی علم و دانش را بر من آسان نمودند و مرا در مراحل دشوار و سخت زندگانی ام یاری رساندند و مرا یار و پشتیبانی صمیمی بوده اند.
- * پیشکش به دریا دریا آبی وفا و یکرنگی همسرم.

تقدیر و تشکر:

خداوند متعال را سپاس گزارم که توفیق عطا نمود تا کار خویش را به سرانجام رسانم و حاصل تحقیقات و پژوهش خود را به منظر اهل نظر تقدیم نمایم.

این کمترین بر خود فرض می داند که از زحمات استاد فرهیخته و دانشمند جناب آقای دکتر نصراله شاملی که با راهنمایی های سازنده و دلسوزانه خود مرا در تهیه این پایان نامه یاری رساندند تشکر و قدردانی نمایم.

همچنین تقدیر و تشکر صمیمانه دارم از اساتید بزرگوار و ارجمند جناب آقای دکتر رضا شکرانی و جناب آقای دکتر یوسف گرجی که با نظرات عالی و سازنده در غنای این رساله و امر مشاوره مرا یاری رساندند.

در اینجا جا دارد که از همسر عزیز و مهربانم که با صبر و تشویق های مکرر خود مرا در تهیه و تنظیم رساله یاری رساندند سپاسگزاری و قدردانی نمایم.

از خداوند منان توفیق روز افزون و عاقبت نیک برای اساتید، والدین و کلیه کسانی که به نوعی مرا در انجام مراحل مختلف این رساله یاری نمودند مسئلت می نمایم.

چکیده:

شادی یکی از حالات روحی است که بیشتر از هر حالت دیگر برای انسان تجربه کردن آن لذت بخش می باشد. لذا شادی و بدست آوردن آن از دیرباز مورد توجه انسان بوده و تمامی تلاشهای وی در زندگی در جهت یافتن و حفظ این حالت مهم روحی می باشد. روان شناسان با توجه به تحقیقاتی که انجام داده اند، شادی را یکی از عوامل بسیار مهم برای کارایی بیشتر و زندگی بهتر دانسته اند. اما با توجه به اینکه مسلمانان اعتقاد دارند که دین اسلام به عنوان آخرین دین الهی، حاوی دستورات کاملی در تمامی زمینه های روحی و معنوی بوده و پاسخگوی تمامی نیازهای بشر می باشد، باید دید که آیا در دین اسلام به شادی اهمیت داده شده است یا خیر؟

در فصل اول کلیات تحقیق ارائه شده، در فصل دوم از منظر روان شناسی به مباحثی از جمله اثرات شادی، عوامل مهم مؤثر بر شادی و عدم آن و ارائه نتایج تحقیقات صاحب نظران در این زمینه پرداخته ایم. در فصل سوم در سه بخش به موضوع شادی پرداخته ایم. در بخش اول به بررسی آیات و روایات پرداخته ایم و در برخی موارد اقوال مفسران را نیز آورده ایم. در بخش دوم برای روشن تر شدن مفهوم شادی، مفهوم مخالف آن یعنی حزن و اندوه در قرآن و روایات مورد بررسی قرار گرفته و در بخش سوم روایات تکمیلی در زمینه شادی را مورد بررسی قرار داده ایم.

در فصل چهارم در دو بخش مطالب را تجزیه و تحلیل کرده ایم. در بخش اول به بررسی کلید واژه های قرآنی از منظر علم معنا شناسی پرداخته و مقایسه ای تطبیقی از علم روان شناسی با مفاهیم قرآنی و روایی انجام داده ایم و در بخش دوم پژوهش های عرصه ای خود را در زمینه عوامل مؤثر بر شادی آورده و به تجزیه و تحلیل داده های آن پرداخته ایم. و در فصل پنجم به نتیجه گیری از مباحث مطرح شده در فصول قبل پرداخته و راهکارهایی عملی برای دستیابی به شادی در زندگی ارائه نموده ایم.

با بررسی این موضوع در آیات و روایات، نتایج زیر بدست می آید:

- قرآن و روایات نه تنها شادی را تجویز می کنند بلکه آنرا هدفمند، مطابق با اهداف متعالی و کمالی انسان قرار می دهد و برای شاد بودن راهکارهای عملی ارائه می کند.
- قرآن و روایات با مواردی از شادی مخالف است که موجب غفلت از یاد خدا، سرمستی و سرکشی از فرامین حق، سبکسری و تمسخر دیگران و فراموشی آخرت باشد.
- قرآن و روایات در مدار حق قرار گرفتن و مؤمن بودن به دستورات الهی و بکار بستن آنها را در زندگی از بهترین راهکارهای عملی شادی در زندگی معرفی می کنند.

کلید واژگان:

شادی، فرح، سرور، نشاط، قرآن، روایات.

فهرست مطالب:

مقدمه.....	۱
فصل اول- کلیات.....	۴
۱-۱- نحوه انتخاب موضوع.....	۵
۲-۱- بیان و شرح مسأله.....	۵
۳-۱- اهمیت و ضرورت پژوهش.....	۷
۴-۱- پرسش های تحقیق.....	۸
۵-۱- واژه ها و اصطلاحات مهم کاربردی.....	۸
۱-۵-۱- عناوین کلید واژه های قرآنی در موضوع شادی.....	۸
۲-۵-۱- تعریف انسان.....	۹
۳-۵-۱- تعریف شادی.....	۱۰
۶-۱- پیشینه و تاریخچه موضوع تحقیق.....	۱۱
۱-۶-۱- پژوهش های خارجی.....	۱۳
۲-۶-۱- پژوهش های داخلی.....	۱۵
۷-۱- روش تحقیق.....	۱۶
۱-۷-۱- علم معناشناسی.....	۱۶
۱-۱-۷-۱- چند معنایی واژگان عربی.....	۱۷
۲-۱-۷-۱- اقسام چند معنایی.....	۱۸
۱-۲-۱-۷-۱- تعریف اشتراک لفظی.....	۱۸
۱-۱-۲-۱-۷-۱- عوامل مشترک اشتراک لفظی نزد قدما.....	۱۹
۲-۲-۱-۷-۱- تعریف اشتراک معنوی.....	۲۱
۳-۲-۱-۷-۱- پدیده ترادف.....	۲۱
۱-۳-۲-۱-۷-۱- عوامل پیدایش ترادف.....	۲۲
۴-۲-۱-۷-۱- اضداد.....	۲۳
۱-۴-۲-۱-۷-۱- شرایط تحقیق تضاد.....	۲۴
۳-۱-۷-۱- بافت (سیاق).....	۲۵

۲۶	۴-۱-۷-۱- پدیدهٔ وجوه و نظایر در قرآن
۲۷	۱-۴-۱-۷-۱- اقسام نظایر
۲۹	۲-۷-۱- علم روان شناسی
۲۹	۸-۱- محدودیت های تحقیق
۳۰	فصل دوم- شادی از منظر علم روان شناسی
۳۱	۱-۲- تعریف شادی
۳۳	۱-۱-۲- تعاریف عاطفی
۳۵	۲-۱-۲- تعاریف شناختی
۳۵	۳-۱-۲- تعاریف ترکیبی از شادی
۳۷	۲-۲- اشکال مختلف شادی
۳۸	۱-۲-۲- شادی با قرص های اکستازی
۳۸	۳-۲- اجزای شادمانی
۳۹	۴-۲- شادی در فرهنگ و جامعهٔ ایرانی
۴۰	۵-۲- حقیقت شادی
۴۳	۶-۲- اثرات شادی
۴۴	۷-۲- منشأ شادی
۴۴	۸-۲- عوامل مؤثر بر شادی
۴۵	۱-۸-۲- عوامل روانی شادی
۴۵	۱-۱-۸-۲- شخصیت
۴۶	۱-۱-۱-۸-۲- جنبه های شناختی شخصیت
۴۷	۲-۱-۱-۸-۲- مثبت نگری یا خوش بینی
۴۸	۳-۱-۱-۸-۲- برون گرایی و روابط اجتماعی
۴۹	۴-۱-۱-۸-۲- عزت نفس
۵۰	۵-۱-۱-۸-۲- خود کنترلی
۵۰	۲-۱-۸-۲- سن
۵۱	۳-۱-۸-۲- تفاوت های جنسیتی
۵۲	۴-۱-۸-۲- هیجانانگیز و مراکز مغز

- ۵۳.....نقش انتقال دهنده های عصبی و داروها در هیجان‌ات مثبت.....۵-۱-۸-۲
- ۵۴.....ذهن.....۶-۱-۸-۲
- ۵۵.....نگرش.....۷-۱-۸-۲
- ۵۶.....نگرش انسان نسبت به جهان و دنیا.....۱-۷-۱-۸-۲
- ۵۸.....نگرش به خویشتن.....۲-۷-۱-۸-۲
- ۶۰.....توصیه هایی برای دست یابی به شادکامی با تغییر خود.....۱-۲-۷-۱-۸-۲
- ۶۰.....نگرش به زندگی.....۳-۷-۱-۸-۲
- ۶۱.....نگرش نسبت به شکست.....۴-۷-۱-۸-۲
- ۶۲.....نگرش انسان نسبت به زمان.....۵-۷-۱-۸-۲
- ۶۳.....نگرش مثبت داشتن یا مثبت نگری.....۶-۷-۱-۸-۲
- ۶۶.....اعتماد به نفس.....۸-۱-۸-۲
- ۶۶.....عشق.....۹-۱-۸-۲
- ۶۶.....عوامل جسمانی شادی.....۲-۸-۲
- ۶۶.....ورزش.....۱-۲-۸-۲
- ۶۷.....تفریح.....۲-۲-۸-۲
- ۶۸.....سلامتی.....۳-۲-۸-۲
- ۶۹.....خوردن و آشامیدن.....۴-۲-۸-۲
- ۷۰.....فعالیت های جنسی.....۵-۲-۸-۲
- ۷۰.....خوابیدن و استراحت کردن.....۶-۲-۸-۲
- ۷۰.....محیط و طبیعت.....۷-۲-۸-۲
- ۷۲.....آراستگی ظاهری.....۸-۲-۸-۲
- ۷۳.....نقش زن و وراثت در شادی.....۹-۲-۸-۲
- ۷۳.....عوامل فرهنگی.....۳-۸-۲
- ۷۳.....فرهنگ.....۱-۳-۸-۲
- ۷۳.....تحصیلات.....۲-۳-۸-۲
- ۷۴.....هدفمند بودن زندگی.....۳-۳-۸-۲
- ۷۵.....عوامل مذهبی و معنوی.....۴-۸-۲

- ۷۶.....۲-۸-۴-۱- تأثیر حضور در امکنهٔ مذهبی (کلیسا، مسجد و ...)
- ۷۶.....۲-۸-۴-۲- رابطهٔ با خدا
- ۷۷.....۲-۸-۴-۳- باورها
- ۷۷.....۲-۸-۴-۴- تأثیر مذهب بر سلامت
- ۷۸.....۲-۸-۴-۵- تأثیر مذهب بر بهداشت روانی
- ۷۹.....۲-۸-۵- عوامل اخلاقی
- ۷۹.....۲-۸-۵-۱- خوش اخلاقی
- ۷۹.....۲-۸-۵-۲- متبسم بودن و لبخند زدن
- ۸۰.....۲-۸-۵-۳- سلام و احوال پرسی
- ۸۰.....۲-۸-۵-۴- ابراز محبت و علاقه
- ۸۰.....۲-۸-۵-۵- خدمت به دیگران
- ۸۰.....۲-۸-۵-۶- عطا و بخشش
- ۸۰.....۲-۸-۵-۷- صلح و صفا
- ۸۱.....۲-۸-۵-۸- عفو کردن
- ۸۱.....۲-۸-۵-۹- منظم بودن
- ۸۱.....۲-۸-۵-۱۰- عدالت
- ۸۱.....۲-۸-۵-۱۱- اعتماد و خوش بینی
- ۸۱.....۲-۸-۵-۱۲- سپاسگزار بودن
- ۸۲.....۲-۸-۵-۱۳- فداکاری و گذشت
- ۸۲.....۲-۸-۵-۱۴- پرهیز کردن
- ۸۲.....۲-۸-۵-۱۵- انعطاف پذیری
- ۸۳.....۲-۸-۵-۱۶- شرکت در شادی دیگران و تقسیم نمودن شادی با آنها
- ۸۴.....۲-۸-۵-۱۷- تغییر نحوهٔ بیان
- ۸۴.....۲-۸-۵-۱۸- تعادل و میانه روی در شادمانی
- ۸۴.....۲-۸-۶- عوامل اقتصادی
- ۸۴.....۲-۸-۶-۱- کار و اشتغال
- ۸۵.....۲-۸-۶-۱-۱- تأثیر کار بر پریشانی و سلامت روان

- ۸۶.....۲-۸-۶-۱-۲- اثر کار بر سلامتی
- ۸۷.....۲-۸-۶-۱-۳- اهمیت علاقه به کار
- ۸۸.....۲-۸-۶-۲- پول و ثروت
- ۸۹.....۲-۸-۶-۱-۲- نقش پول و ثروت در برآورده ساختن نیازهای غیر زیستی
- ۹۲.....۲-۸-۷- عوامل اجتماعی
- ۹۲.....۲-۸-۷-۱- روابط اجتماعی
- ۹۳.....۲-۸-۷-۲- خویشاوندی
- ۹۳.....۲-۸-۷-۳- دوستی
- ۹۴.....۲-۸-۷-۱-۳- رازهای تداوم عشق و دوستی و شاد زیستن
- ۹۵.....۲-۸-۷-۴- آشنایان
- ۹۵.....۲-۸-۷-۵- ازدواج
- ۹۶.....۲-۸-۷-۱-۵- ۳۰ راهکار شادی برای زوج های شیفته خوشبختی و شادکامی
- ۹۸.....۲-۸-۷-۶- تفریح و اوقات فراغت
- ۹۹.....۲-۸-۷-۷- شوخ طبعی
- ۱۰۰.....۲-۹- عوامل مؤثر بر عدم شادی
- ۱۰۰.....۲-۹-۱- سخت گرفتن به زندگی
- ۱۰۰.....۲-۹-۲- احساس گناه
- ۱۰۰.....۲-۹-۳- آداب و سنت های غلط
- ۱۰۱.....۲-۹-۴- نگرانی و وسواس
- ۱۰۱.....۲-۹-۵- بی توجهی به مشکلات روابط
- ۱۰۱.....۲-۹-۶- مشاهده برنامه های غیر سودمند تلویزیون
- ۱۰۲.....۲-۹-۷- مقایسه های ناعادلانه
- ۱۰۲.....۲-۹-۸- بیکاری
- ۱۰۲.....۲-۹-۹- لذت طلبی
- ۱۰۲.....۲-۹-۱۰- عدم ارضای نیازهای طبیعی
- ۱۰۳.....۲-۹-۱۱- مجادله و دعوا
- ۱۰۳.....۲-۹-۱۲- خشونت و تندى و قهر کردن

- ۱۰۳-۲-۱۰- کاربرد عملی پژوهشهای مربوط به شادی..... ۱۰۳
- فصل سوم- شادی در آیات و روایات..... ۱۰۵
- بخش اول بررسی آیات و روایات
- ۱۰۶-۳-۱-۱- منشأ شادی..... ۱۰۶
- ۱۰۷-۳-۱-۲- آیاتی که اشاره به جلوه های شادی مردم در دنیا دارد..... ۱۰۷
- ۱۰۷-۳-۱-۲-۱- شادی مردم از رحمت و فضل خداوند در ابعاد مختلف..... ۱۰۷
- ۱۱۲-۳-۱-۲-۱-۱- گفتاری دیگر پیرامون معانی واژه های «فضل» و «رحمت» در قرآن کریم..... ۱۱۲
- ۱۱۲-۳-۱-۲-۱-۲- بررسی مصادیق واژه «فضل» در قرآن کریم..... ۱۱۲
- ۱۱۴-۳-۱-۲-۱-۲- بررسی مصادیق واژه «رحمت» در قرآن کریم..... ۱۱۴
- ۱۱۶-۳-۱-۲-۱-۳- بررسی آیاتی که در آنها واژه های «فضل» و «رحمت» بکار رفته است..... ۱۱۶
- ۱۲۶-۳-۲-۱-۲- شاد بودن به واسطه مغفرت و پاداش خداوند..... ۱۲۶
- ۱۲۸-۳-۲-۱-۳- شاد بودن به واسطه انزال نعمت های الهی..... ۱۲۸
- ۱۲۹-۳-۲-۱-۴- شاد بودن مردم در ابعاد مختلف به جهت ایمانشان..... ۱۲۹
- ۱۳۱-۳-۲-۱-۵- شادی مؤمنان از اهل کتاب از انزال قرآن بر پیامبر ﷺ..... ۱۳۱
- ۱۳۵-۳-۲-۱-۶- شاد شدن پیامبر ﷺ و مؤمنین از تغییر قبله..... ۱۳۵
- ۱۳۷-۳-۲-۱-۷- معامله و تجارت با خدا و شادی از این معامله برای مؤمنین..... ۱۳۷
- ۱۳۹-۳-۲-۱-۸- شادی و نشاط در خانواده..... ۱۳۹
- ۱۴۳-۳-۲-۱-۹- شادی و نشاط حاصل از رنگ ها..... ۱۴۳
- ۱۴۴-۳-۲-۱-۱۰- ابراز شادی مؤمنان با لبخند زدن و تبسم نمودن..... ۱۴۴
- ۱۴۸-۳-۱-۳- آیاتی که به انواع نعمتهای دنیوی بشارت می دهد..... ۱۴۸
- ۱۴۸-۳-۱-۳-۱- جلوه های شادی در طبیعت..... ۱۴۸
- ۱۴۸-۳-۱-۳-۱-۱- ارسال بادها و اثرات آن بر طبیعت..... ۱۴۸
- ۱۴۹-۳-۱-۳-۱-۲- انزال باران و رویش گیاهان از زمین..... ۱۴۹
- ۱۵۲-۳-۱-۳-۲- کسب غنیمتهای دنیوی..... ۱۵۲
- ۱۵۳-۳-۱-۳-۳- دریافت مزده و خبری خوش..... ۱۵۳
- ۱۵۸-۳-۱-۳-۴- فرزنددار شدن..... ۱۵۸
- ۱۵۹-۳-۱-۳-۴-۱- بشارت به زکریا ﷺ..... ۱۵۹

- ۱۶۰.....۳-۱-۳-۲-۴-۳-۱-۳ بشارت به مریم 3
- ۱۶۰.....۳-۱-۳-۳-۴-۳-۱-۳ بشارت به ابراهیم 7
- ۱۶۰.....۳-۱-۳-۳-۴-۳-۱-۳ بشارت به تولد اسماعیل
- ۱۶۰.....۳-۱-۳-۳-۴-۳-۲-۳-۲ بشارت به تولد اسحاق و یعقوب
- ۱۶۲.....۳-۱-۴-۴-۱-۱ قرآن و پیامبر پیام آوران شادی
- ۱۶۲.....۳-۱-۴-۱-۱ بشارت دهنده بودن قرآن
- ۱۶۵.....۳-۱-۴-۲-۲ بشارت دهنده بودن پیامبر گرامی اسلام 6
- ۱۶۶.....۳-۱-۵-۵-۱ راههای کسب رضایت و خشنودی خداوند و آثار و نتایج آن
- ۱۶۶.....۳-۱-۵-۱-۱ معنای رضایت خداوند
- ۱۶۷.....۳-۱-۵-۲-۲ اهمیت کسب رضای خداوند و پیامبر 6
- ۱۶۸.....۳-۱-۵-۳-۳ راههای شاد گشتن پیامبر به عنوان اسوه و الگو برای مسلمانان
- ۱۷۱.....۳-۱-۵-۴-۴ انجام دادن چه کارهایی باعث کسب رضایت و خشنودی خداوند می شود؟
- ۱۷۱.....۳-۱-۵-۴-۱ جهاد
- ۱۷۲.....۳-۱-۵-۴-۲ انفاق
- ۱۷۲.....۳-۱-۵-۴-۳ حج
- ۱۷۳.....۳-۱-۵-۴-۴ تقوا
- ۱۷۳.....۳-۱-۵-۴-۵ شکر گزاری
- ۱۷۴.....۳-۱-۵-۴-۶ ایمان و عمل صالح
- ۱۷۵.....۳-۱-۵-۴-۷ نماز و زکات
- ۱۷۵.....۳-۱-۵-۴-۸ بیعت نمودن با رسول خدا 6
- ۱۷۵.....۳-۱-۵-۴-۹ هجرت
- ۱۷۸.....۳-۱-۵-۴-۱۰ صادق بودن
- ۱۷۹.....۳-۱-۵-۵-۵ آثار کسب رضایت و خشنودی خداوند
- ۱۷۹.....۳-۱-۵-۵-۱ داشتن مقام و درجه
- ۱۷۹.....۳-۱-۵-۵-۲ هدایت
- ۱۷۹.....۳-۱-۵-۵-۳ احراز مقام شفاعت
- ۱۷۹.....۳-۱-۵-۵-۴ مورد شفاعت واقع شدن

- ۱۸۰.....۳-۱-۵-۵-۵- مغفرت و آمرزش گناهان و پاداش بزرگ.....
- ۱۸۰.....۳-۱-۵-۵-۶- بهشت و زندگانی خوش در آخرت.....
- ۱۸۱.....۳-۱-۵-۶- آثار عدم رضایت و خشنودی خداوند.....
- ۱۸۱.....۳-۱-۵-۶- سخت جان دادن و نابودی اعمال نیک.....
- ۱۸۱.....۳-۱-۵-۶-۲- عذاب اخروی.....
- ۱۸۱.....۳-۱-۶- آیاتی که به مؤمنان بشارت به بهشت و نعمت های آن می دهد.....
- ۱۸۱.....۳-۱-۶-۱- آیاتی که بشارت به بهشت می دهد.....
- ۱۸۲.....۳-۱-۶-۲- آیاتی که بشارت به بهشت و جاودانگی در آن می دهند.....
- ۱۸۳.....۳-۱-۶-۳- آیاتی که بشارت به بهشت و انواع نعمت های آن می دهند.....
- ۱۸۳.....۳-۱-۷- جلوه های شادمانی بهشتیان.....
- ۱۸۳.....۳-۱-۷-۱- شادمانی بهشتیان از زندگی در بهشت.....
- ۱۸۴.....۳-۱-۷-۲- شادمانی از فضل خداوند.....
- ۱۸۴.....۳-۱-۷-۳- شادمانی بهشتیان به واسطه وجود انواع نعمت ها.....
- ۱۸۶.....۳-۱-۷-۴- شادمانی بهشتیان از مورد احترام بودن.....
- ۱۸۷.....۳-۱-۷-۵- شادی بهشتیان از پیوستن فرزندانشان به آنها.....
- ۱۸۷.....۳-۱-۷-۶- بروز شادمانی بهشتیان در چهره هایشان.....
- ۱۸۸.....۳-۱-۷-۷- شادمانی بهشتیان از نشنیدن سخنان بیهوده و تکذیب نکردن یکدیگر.....
- ۱۸۹.....۳-۱-۷-۸- شادمانی بهشتیان به جهت حسابرسی سریع.....
- ۱۸۹.....۳-۱-۸- شادی های مذموم و ناپسند.....
- ۱۸۹.....۳-۱-۸-۱- شاد گشتن از مصیبت و ناراحتی دیگران.....
- ۱۹۰.....۳-۱-۸-۲- شادی به اعمال زشت.....
- ۱۹۰.....۳-۱-۸-۳- شادی به انجام گناه.....
- ۱۹۱.....۳-۱-۸-۴- شادی به اموال و نعمت های بسیار.....
- ۱۹۳.....۳-۱-۸-۵- شادی با یاد غیر خدا.....
- ۱۹۳.....۳-۱-۸-۶- شادی بر مخالفت از فرمانهای پیامبر.....
- ۱۹۴.....۳-۱-۸-۷- شادی به پراکندگی و تفرقه.....
- ۱۹۴.....۳-۱-۸-۸- افراط در شادی و خوشحالی.....

- ۱۹۵.....۳-۱-۸-۹- شادی از روی غفلت و هوسرانی.....
- ۱۹۵.....۳-۱-۸-۱۰- شادمانی به علم (غرور علمی).....
- ۱۹۶.....۳-۱-۸-۱۱- شادی کردن با استهزاء و تمسخر دیگران.....
- ۱۹۷.....۳-۱-۸-۱۲- شادمانی و خشنودی به دنیا.....
- ۱۹۸.....۳-۱-۹- بشارت به عذاب.....
- ۱۹۸.....۳-۱-۹- کافران.....
- ۱۹۸.....۳-۱-۹-۲- قاتلان پیامبران و عدالت گستران.....
- ۱۹۸.....۳-۱-۹-۳- منافقین.....
- ۱۹۹.....۳-۱-۹-۴- کسانی که مال ذخیره می کنند و انفاق نمی کنند.....
- ۱۹۹.....۳-۱-۹-۵- کسانی که وقتی قرآن تلاوت می شود بی توجهی می کنند و نمی شنوند.....
- بخش دوم نگاهی گذرا به حزن و اندوه در قرآن و روایات**
- ۲۰۰.....۳-۲-۱- گفتاری پیرامون حزن و انواع آن.....
- ۲۰۰.....۳-۲-۲- حزن مقدس و مطلوب.....
- ۲۰۱.....۳-۲-۳- حزن نامقدس و مطرود.....
- ۲۰۲.....۳-۲-۴- عوامل از بین برنده غم و اندوه و رسیدن به امنیت و آرامش واقعی از منظر قرآن.....
- ۲۰۵.....۳-۲-۵- عوامل آرامش و دلگرمی.....
- ۲۰۶.....۳-۲-۶- عوامل از بین برنده غم و اندوه در روایات.....
- بخش سوم روایات تکمیلی**
- ۲۰۹.....۳-۳-۱- شیوه شادی.....
- ۲۱۱.....۳-۳-۲- حدود شادی.....
- ۲۱۱.....۳-۳-۳- معیارهای شادی.....
- ۲۱۳.....۳-۳-۴- اهمیت و اثرات شادی ممدوح در زندگی.....
- ۲۱۶.....۳-۳-۵- ماهیت شادی های دنیوی.....
- ۲۱۷.....۳-۳-۶- تعادل در شادمانی با توجه به مرگ.....
- ۲۱۷.....۳-۳-۷- عوامل شادی ممدوح در دنیا.....
- ۲۲۷.....۳-۳-۸- عوامل شادی در آخرت.....
- ۲۳۰.....۳-۳-۹- اثر شاد کردن مردم در آخرت.....

- ۳-۳-۱۰- مقایسه شادی های دنیوی و اخروی..... ۲۳۰
- ۳-۳-۱۱- عوامل شادی مذموم..... ۲۳۱
- ۳-۳-۱۲- نتایج و پیامدهای شادی های مذموم..... ۲۳۴
- ۳-۳-۱۳- حقوق کسی که انسان را شاد می کند..... ۲۳۵
- ۳-۳-۱۴- به جای آوردن شکر نعمت شادی..... ۲۳۵
- ۳-۳-۱۵- وجوب شاد کردن مؤمن در زمان ظهور امام زمان 7..... ۲۳۶
- ۳-۳-۱۶- برنامه های معصومین در روزهای شاد..... ۲۳۶
- ۳-۳-۱۷- نمونه هایی از شادی های اهل بیت علیهم السلام..... ۲۳۷
- ۲۳۸- فصل چهارم- تجزیه و تحلیل مطالب.....
- بخش اول: تحقیق عرصه ای (پیمایشی)
- ۴-۱-۱-۱- فرضیه های پژوهش..... ۲۳۹
- ۴-۱-۱-۲- مدل تجربی تحقیق..... ۲۴۰
- ۴-۱-۱-۳- روش شناسی: روش پژوهش..... ۲۴۱
- ۴-۱-۱-۴- تکنیک و ابزار جمع آوری اطلاعات..... ۲۴۱
- ۴-۱-۱-۵- جامعه آماری..... ۲۴۲
- ۴-۱-۱-۶- تعیین حجم نمونه و شیوه نمونه گیری..... ۲۴۲
- ۴-۱-۱-۷- روش نمونه گیری..... ۲۴۲
- ۴-۱-۱-۸- متغیر های تحقیق..... ۲۴۲
- ۴-۱-۱-۹- روایی یا اعتبار پرسشنامه..... ۲۴۴
- ۴-۱-۱-۱۰- پایایی ابزار اندازه گیری..... ۲۴۵
- ۴-۱-۱-۱۱- تکنیک های مورد استفاده در تجزیه و تحلیل داده ها..... ۲۴۵
- ۴-۱-۱-۱۲- تجزیه تحلیل داده ها..... ۲۴۵
- ۴-۱-۱-۱۳- آماره های توصیفی..... ۲۴۶
- ۴-۱-۱-۱۴- آمار استنباطی..... ۲۵۲
- ۴-۱-۱-۱۴-۱- آزمون فرضیات تحقیق..... ۲۵۲

بخش دوم: معناشناسی:

- ۲۶۱..... ۴-۲-۱- واژه شناسی اشتر.....
- ۲۶۱..... ۴-۲-۲- واژه شناسی بطر.....
- ۲۶۲..... ۴-۲-۳- واژه شناسی مرح.....
- ۲۶۳..... ۴-۲-۴- واژه شناسی بشارت.....
- ۲۶۷..... ۴-۲-۵- واژه شناسی سرور.....
- ۲۶۸..... ۴-۲-۶- واژه شناسی فرح.....
- ۲۷۰..... ۴-۲-۷- واژه شناسی ضحک.....
- ۲۷۱..... ۴-۲-۸- واژه شناسی اطمینان.....
- ۲۷۲..... ۴-۲-۹- واژه شناسی فکه.....
- ۲۷۳..... ۴-۲-۱۰- واژه شناسی رضا.....
- ۲۷۴..... ۴-۲-۱۱- واژه شناسی سکن.....
- ۲۷۵..... ۴-۲-۱۲- واژه شناسی حبر.....
- ۲۷۶..... ۴-۲-۱۳- واژه شناسی رجا.....
- ۲۷۷..... ۴-۲-۱۴- واژه شناسی نضر.....
- ۲۷۸..... ۴-۲-۱۵- واژه شناسی بهج.....
- ۲۷۹..... ۴-۲-۱۶- واژه شناسی لذذ.....
- ۲۷۹..... ۴-۲-۱۷- واژه شناسی بَسَمَ.....
- ۲۸۰..... ۴-۲-۱۸- واژه شناسی قره عین.....
- ۲۸۱..... ۴-۲-۱۹- واژه شناسی عید.....
- ۲۸۳..... ۴-۲-۲۰- واژه هایی که به معنای شادی است ولی در قرآن کریم بکار نرفته است.....
- ۲۸۳..... ۴-۲-۲۱- مباحثی از منظر معناشناسی پیرامون واژه شادی در قرآن کریم.....
- ۲۸۷..... ۴-۲-۲۲- بررسی پدیده ترادف در مورد کلید واژه های شادی.....
- ۲۸۷..... ۴-۲-۲۳- بررسی پدیده وجوه و نظایر در مورد واژه های فرح و سرور و بشارت.....
- ۲۸۸..... فصل پنجم- جمع بندی و نتیجه گیری.....
- ۲۸۹..... ۵-۱- جمع بندی و نتیجه گیری.....
- ۲۹۵..... ۵-۲- راهکارهای عملی.....

۳۰۱.....	فهرست منابع.....
۳۱۰.....	پیوست ها.....
۳۱۱.....	فهرست آیات.....
۳۱۴.....	فهرست موضوعی آیات مربوط به شادی.....
۳۱۹.....	فهرست کلید واژه های آیات قرآن با موضوع شادی.....
۳۲۴.....	پرسشنامه تحقیق پیمایشی.....
۳۲۷.....	فهرست جداول، نمودارها و شکل ها.....
۳۲۸.....	چکیده عربی.....
۳۲۹.....	صفحه عنوان به عربی.....
۳۳۰.....	چکیده انگلیسی.....
۳۳۱.....	صفحه عنوان به انگلیسی.....

مقدمه:

شاد بودن و شاد زیستن هنر است. بسته شدن یکی از درهای شادی با گشوده شدن دری دیگر به سوی شادی همراه است. باید در گشوده شده را دید. لازمه شاد زیستن، جستجوی زیبایی ها و خوبی ها است.

برای یک انسان سالم، شاد بودن قاعده و غمگین بودن استثناء است. شادی و نشاط در ذات انسان نهفته است و ذات انسان هم نشأت یافته و حیات یافته از ذات الهی است. پس شادمانی ریشه در هستی داشته و اصل آفرینش رابطه مثبتی با شادی دارد. چنانکه سعدی رحمه الله علیه می فرماید:

به جهان خرم از آنم که جهان خرم از اوست
عاشقم بر همه عالم که همه عالم از اوست
تمام ذرات جهان مظهر عشق خداوندی است. پس شادی هم که جزئی از وجود انسان است ریشه در سلول های او دارد و آن هم نشانه ای از لطف خداوندی است.

ما حق داریم از عطیه های پایان ناپذیر زندگی که شامل استعدادها و انرژی هایی هستند که می توانند موجب شروع رخدادهایی در طول زندگی بشوند به طریق صحیح استفاده کنیم تا آنچه را که می خواهیم انجام دهیم و خود را شاد کنیم. در واقع شادکامی حقی است که خداوند به ما عطا نموده است. پس هنگامی عطیه های الهی سود آورند که آنها را بکار گیریم.

این امر نیازمند میل باطنی و تلاش فردی ما است. اگر از عطیه های زندگی خود استفاده نکنیم و همواره بگوییم: «من شاد نیستم» درست مانند آن است که «بر روی معدنی از الماس گرسنه به خواب برویم.» چگونگی استفاده از این حقوق به انتخاب خود ما بستگی دارد.

اسلام دین فطرت است و به تمام نیازهای طبیعی و فطری انسان توجه داشته، پیروان خود را به شادی های مثبت و سازنده و امور مفرح دعوت می نماید، چرا که استفاده از امور مفرح در موقع مناسب و با رعایت حدود لازم، برای تجدید نشاط و کاستن از یکنواختی زندگی بسیار مؤثر است. روح و روان آدمی نیز همانند بدن خسته می شود و نیاز به استراحت و تجدید قوا دارد. در این حال می توان با انتخاب نکته های زیبا و نشاط انگیز و انجام کارهایی که موجب شادی و نشاط روحی می شود زنگار خستگی و افسردگی را از جسم و جان زدود.

البته نیاز به شادی چون نیازهای دیگر انسان، اگر مهار نشود و بی ضابطه باشد به طور حتم زیانهایی را به دنبال خواهد داشت، لذا باید مرز شادی ها و تفریحات سالم و مشروع از شادی های ناروا روشن شود. آیا راه اندازی باشگاههای خنده، کنسرت های موسیقی مبتذل، مجالس دانس و رقص، محافل عیش بارگی و زن بارگی و مشروب خواری، به وسیله مواد مخدر یا قرص های نشاط آور و توهم زها، مجالس عروسی آلوده به مظاهر خلاف شرع و جشنواره فلان بهمان، آیا با اینها شادی واقعی فراهم می گردد و معضلات اجتماعی حل می شود و آیا جامعه و افراد را از کسالت و افسردگی و پژمردگی و استرس و اضطراب های درونی و عصبانیت های عمومی نجات می دهند؟

آیا تأمین اینگونه نشاطها و شادی های مجازی، توهمی و زود گذر با فلسفه خلقت و فلسفه وجودی انسان سازگار است؟ آیا غربی ها و کشورهای به اصطلاح پیشرفته که حداکثر اینگونه استفاده ها را می کنند جوامعی با نشاط و شاد و سر حالند و از سلامت و سعادت کامل و حتی نسبی برخوردارند یا حتی در میان آنان اینگونه معضلات اجتماعی و روحی شدیدتر هم هست؟ آیا ناامنی، قتل، ناهنجاری، مردم آزاری، افسردگی، خودکشی، اعتیاد و غیره به شدت دامن گیر آنها نیست؟ پس مشکل چیست؟ و کلید حل آن کجاست؟

با بروز انقلاب صنعتی، روش و شیوه زندگی انسان به کلی دگرگون شد و مخصوصاً از قرن بیستم به بعد هر روز شاهد نوآوری، اختراع و اکتشاف مسائل جدید علمی هستیم، اما در عین حال این پیشرفت مادی و صنعتی نه تنها موجب آرامش و احساس امنیت انسان نشد، بلکه به گونه ای که محققان ابراز کرده اند سبب اضطراب، افسردگی، تشویش و... نیز شده است به طوری که از افسردگی به عنوان سرماخوردگی روانی قرن نام برده می شود. انسان قرن ۲۱ بیش از هر زمان دیگری نیاز به امنیت، آرامش و شادی دارد، زیرا که ناکامی و شکست در رقابت علمی و مسائل مادی زندگی امروز جزء جدایی ناپذیر زندگی شده است. متأسفانه سلطه اندوه، رنج و افسردگی بر زندگی اکثر مردم جهان نشان از ضعف انسان است که با در اختیار داشتن ظرفیت های عظیم معنوی و مادی نمی تواند بذر شادی را در سراسر زندگی خود بکارد.

از آنجا که شادی به عقیده روانشناسان و جامعه شناسان یکی از عوامل بسیار مهم در خوشبختی انسان است و از طرفی دیگر معتقدیم که دین اسلام دینی کامل و هدفمند بوده که هدف آن رسیدن به جوانب مختلف خوشبختی در دنیا و آخرت می باشد، باید دید که در دین مبین اسلام به مسأله شادی چه مقدار اهمیت داده شده است و اینکه اصولاً نگرش قرآن کریم و روایات ما به این مسأله چیست و از طرف دیگر دین چه دستوراتی برای ایجاد شادی در زندگی دارد و چه راههایی را به ما پیشنهاد می دهد.

یکی از دامهای شیطان برای انسان های دین باور و خداجو آن است که بایدها و نبایدهای الهی و سلسله سخنان پیشوایان آسمانی مانع لذت ها، کامجویی ها و خوشی های آدمی گشته و یگانه راه، بی اعتنایی به دستورات آنان است. امام علی 7 می فرماید:

«مَنْ جَرَى فِي عِنَانِ أُمَّلِهِ عَثَرَ بِأَجَلِهِ»^۱ «آن کس که در پی آرزوهای-شادی بخش مادی، بدون توجه به معیارهای الهی- بتازد مرگ او را از پای درآورد.»

آنچه از تعالیم عالی اسلام می توان دریافت آن است که تمرین مهربانی، با گذشت بودن در مقابل خطاهای دیگران، قدرشناسی از اقدامات خیرخواهانه دیگران، برقراری رابطه نزدیک با آنها و مثبت فکر کردن، زمینه ساز شادی واقعی است. بنابراین باید تغییر نگرشی در جامعه نسبت به دین حاصل شود که مردم دین را محدود کننده شادی و مخالف با آن ندانند، بلکه دین را به عنوان عاملی جهت رسیدن به شادی های پایدار و سازنده و عاملی جهت حفظ تعادل روحی و روانی انسان بدانند.

پژوهش حاضر به عنوان راههای شاد زیستن از منظر قرآن کریم کوشیده است که ماهیت، جایگاه و اهمیت و ضرورت شادی و عوامل مؤثر در افزایش و کاهش آنرا از منظر روان شناسی و قرآن کریم و روایات بررسی نموده و تبیین نماید.

در آخر لازم به ذکر است که:

۱- آیات قرآنی که در این تحقیق استفاده شده است با استفاده از نرم افزار Qoran In Word

می باشد.

۲- ترجمه آیات از آقای محمد فولادوند است.

^۱ نهج البلاغه، ترجمه محمد دشتی، قم: موسسه فرهنگی تحقیقاتی امیرالمؤمنین(ع)، ۱۳۸۴ ش، حکمت ۱۹، ص: ۶۰۴.

فصل اول:

کلیات

۱-۱- نحوه انتخاب موضوع:

گزینش و انتخاب موضوع مورد پژوهش ابتدایی ترین و از مهمترین و اساسی ترین مراحل تهیه یک رساله می باشد. موضوعی که فرد به عنوان کار پژوهشی انتخاب می کند باید آنقدر دارای اهمیت باشد که فرد بیش از یک سال از عمر خود را صرف آن نماید و متحمل هزینه های زیادی گردد. از این رو بنده با هدف اینکه از وقت و زمان کمال بهره را برده و نتایج تحقیقاتم کاربردی و دارای بیشترین بهره برای دیگران نیز باشد، به این امر توجه ویژه ای را از ابتدا داشتم. لذا پس از بررسی و تحقیقاتی در این زمینه و با نیاز سنجی جامعه امروز و با مشورت اساتید فن موضوع خود را با عنوان راههای شاد زیستن از منظر قرآن کریم انتخاب نمودم که بررسی و انتخاب عنوان رساله حدود دو ماه به طول انجامید. امیدوارم که این رساله بتواند مورد استفاده عموم باشد و مورد رضایت خداوند متعال و اهل بیت : قرار گیرد.

۱-۲- بیان و شرح مسأله:

انسان موجودی است که خداوند آنرا با پیچیدگی ها و نظام شگرفی خلق فرموده که در درجه اول دارای دو بُعد است، بُعد خاکی که جسم او از آن تشکیل یافته و مربوط به عالم ماده است و بُعد ملکوتی که روح او می باشد و مرتبط با عالم ملکوت می باشد. هر دو جنبه وجودی انسان دارای لذتهای مخصوص به خود می باشند که اغلب اوقات برخوردار از لذتی موجب تأثیر بر جنبه دیگر وجود انسان و در نهایت نشاط و شادابی او می شود. در درون انسان خداوند حکیم نیروها و احساسات فراوانی قرار داده که گاه با هم هماهنگ و در یک راستا نقش ایفا می کنند و گاه در جهت مخالف هم و برضد هم فعالیت دارند. از جمله این نیروها می توان از خشم و غضب و نیروی شهوانی نام برد. از جمله حالات درونی که بر انسان عارض می گردد می توان از غم و شادی، استرس و اضطراب، آرامش خاطر، پریشانی، افسردگی، سرحالی، کسل بودن، دلهره و ترس، امید و... نام برد.