

# دانشکده اصول الدین قم

پایان نامه کارشناسی ارشد

گرایش: علوم قرآن و حدیث

## موضوع

شادی و شادابی از منظر دین

استاد راهنما

حجة الاسلام والمسلمین دکتر فتح الله نجارزادگان

استاد مشاور

حجة الاسلام دکتر ناصر رفیعی

نگارش

اعظم ابراهیمی

زمستان ۱۳۸۳



# دانشکده اصول الدین قم

پایان نامه کارشناسی ارشد

گرایش: علوم قرآن و حدیث

## موضوع

شادی و شادابی از منظر دین

استاد راهنما

حجة الاسلام والمسلمین دکتر فتح الله نجارزادگان

استاد مشاور

حجة الاسلام دکتر ناصر رفیعی

نگارش

اعظم ابراهیمی

زمستان ۱۳۸۳

«پ»

تقديم به

خورشيد فروزان

جان جانان

سليمان جهان

قطب عالم امكان

يوسف مصر وجود

آخرين ذخيره الهى

حضرت بقيه الله الاعظم

أرواحنا لتراب مقدمه الفداء

## سپاس‌گزاری

حمد و سپاس خدای سبحان را سِزِد که با ارسال رسولان منذر و مُبشّر آدمی را از اندوه ظلمات کفر و شرک نجات بخشید و با نزول قرآن کریم سرور جاودانی و نشاط پایدار به ایمان آورندگان عطا فرمود.

سپاس خاتم رسل رحمة للعالمین، خلق عظیم را سِزِد که شادی‌اش برای خدا و نشاطش برای هدایت انسان‌ها پایان‌ناپذیر بود.

سپاس پیشوایان هدایت را سِزِد که در تبیین کلام وحی جانفشانی نمودند. سپاس از راهنمایی‌های ارزنده و حمایت بی‌دریغ و کَریمانه‌ی استاد ارجمند حجة الاسلام و المسلمین دکتر نجّارزادگان که راهنمایی رساله را تقبّل فرموده‌اند.

تشکر از حسن مشاوره و ارشادات مفید حجة الاسلام و المسلمین دکتر رفیعی که مشاوره‌ی این رساله را به عهده داشتند.

از خداوند مَنّان می‌طلبیم که ایشان را تحت عنایات خاصه‌ی خویش همواره مسرور و شاداب بدارد. توفیق علم و عمل برای ایشان خواهانم.

با تقدیر و تشکر از همسر بزرگوار  
و فرزندان عزیز و مهربانم که موفقیت  
را مدیون آنان می‌دانم

## فهرست مطالب

۱	چکیده
۲	مقدمه
۳	بیان موضوع
۴	هدف پژوهش
۵	اهمیت موضوع
۶	روش پژوهش
۶	محدودیت پژوهش
۷	پیشینه‌ی پژوهش

۱۱	● فصل اول: کلیات (مفهوم شناسی شادس و شادابی)
۱۲	شادی
۱۳	لغات مترادف
۱۳	۱- فرح
۱۶	۲- سرور
۱۸	۳- مَرَح
۱۹	حاصل سخن
۱۹	شادابی
۲۰	لغات مترادف
۲۰	نشاط
۲۱	نَضْرَة

۲۲ ..... لغات مقابل نشاط

۲۲ ..... افسردگی - تنبلی - کسالت

● فصل دوم: جایگاه شادی و شادابی در مجموعه نیازهای انسان ..... ۲۴

۲۵ ..... نیاز

۲۶ ..... طبقه‌بندی نیازها

۲۶ ..... نیازهای بدنی و زیستی

۲۷ ..... نیازهای روانی

۳۳ ..... نیازهای دیگر

۳۳ ..... نیاز به شادی

۳۵ ..... نیاز به شادابی

۳۶ ..... نتیجه‌گیری

● فصل سوم: پدیده‌ی شادی و شادابی و عوامل آن از دیدگاه روان‌شناسی ..... ۳۸

۳۹ ..... مقدمه

۴۰ ..... الف: عوامل شادی

۴۲ ..... ۱- مثبت‌اندیشی

۴۴ ..... ۲- زیستن در حال

۴۵ ..... ۳- هدفدار زیستن

۴۷ ..... ۴- تعاون

۴۸ ..... ۵- سپاس‌گزاری

۴۹ ..... ب: عوامل شادابی

۴۹ ..... شادابی



بخشش ..... ۵۲

● فصل چهارم: قلمرو شادایی و شادایی در فرهنگ دین ..... ۵۵

شادی ممدوح ..... ۵۷

شادی مذموم ..... ۶۱

قلمرو شادایی در فرهنگ دین ..... ۶۶

الف - شادایی در کار و تلاش ..... ۶۷

ب - شادایی در مقابله با دشمن ..... ۶۹

ج - کسالت منافقان در عبادت ..... ۷۱

د - شادایی در عبادت ..... ۷۳

حاصل سخن ..... ۷۵

● فصل پنجم: بررسی عوامل شادایی در فرهنگ دین ..... ۷۷

مقدمه ..... ۷۸

پوشیدن لباس های روشن ..... ۷۸

خودآرایی، لباس پاکیزه، بوی خوش ..... ۸۱

بعضی از خوردنی ها ..... ۸۴

زیستن در حال، توجه به زمان حال ..... ۸۵

هدیه دادن ..... ۸۶

خوشرویی (لبخند) ..... ۸۷

ورزش ..... ۹۰

مسافرت ..... ۹۳

دیدار با دوستان و آشنایان ..... ۹۵

شاد کردن مؤمن ..... ۹۶

حضور در مجالس شادی ..... ۹۸

● فصل ششم: عوامل معنوی شادابی در فرهنگ دین ..... ۱۰۰

۱- ارتباط با خدا ..... ۱۰۲

نماز ..... ۱۰۳

دعا ..... ۱۰۶

توبه ..... ۱۱۱

تقوی ..... ۱۱۶

توکل ..... ۱۱۸

یقین ..... ۱۲۰

زهد ..... ۱۲۲

رضا ..... ۱۲۴

حسن ظن به خدا ..... ۱۲۷

۲- ارتباط با خود (خودشناسی) ..... ۱۳۰

۳- ارتباط با جامعه ..... ۱۳۲

کار ..... ۱۳۲

ازدواج ..... ۱۳۵

● فصل هفتم: جلوه‌های بروز شادی و الگوهای شادابی ..... ۱۴۱

خنده ..... ۱۴۲

مزاح و شوخی ..... ۱۴۷

نمونه‌های از شوخی معصومین ..... ۱۵۲

۱۵۳	برپایی مجالس شادی و سرور
۱۵۶	الگوهای شادابی
۱۵۶	مقدمه
۱۵۶	۱- پیامبر اکرم ﷺ
۱۵۹	۲- حضرت ابراهیم <small>علیه السلام</small>
۱۶۱	۳- حضرت یوسف <small>علیه السلام</small>

● فصل هشتم: نقش شادی و شادابی در زندگی ..... ۱۶۴

۱۶۵	نقش فردی
۱۶۸	نقش اجتماعی
۱۷۱	نقش اقتصادی
۱۷۴	نقش سیاسی

● فصل نهم: موانع شادی و شادابی در فرهنگ دین ..... ۱۷۷

۱۷۸	مقدمه
۱۷۹	حسادت
۱۸۲	کینه
۱۸۳	نفاق
۱۸۶	اختلاف
۱۸۸	سوء ظن
۱۹۱	چشم‌داشت
۱۹۳	دنیا‌طلبی
۱۹۵	یأس و ناامیدی

فهرست مطالب ..... □

۱۹۸ ..... حاصل سخن

۲۰۱ ..... پیشنهادات

۲۰۲ ..... فهرست منابع و مآخذ

۲۱۰ ..... چکیده‌ی انگلیسی



## چکیده

شادی جلوه‌ای از حیات انسانی می‌باشد، شادابی انگیزه زندگی، کار، تلاش و فعالیت است. این هر دو مطلوب انسان‌ها است.

انسان‌ها پیوسته دوست دارند کسالت و خمودی را از خود دور کنند و با میل و رغبت به دنبال کار، تلاش و زندگی بروند؛ می‌خواهند شاد باشند و با کسانی هم که برخورد می‌کنند شاد و مثبت اندیش باشند. با توجه به این نکته که انسان از بدو تولد تا آخرین لحظات عمر برای زندگی بهتر به این دو، نیاز دارد و دین اسلام نیز دین حیات و زندگی بشر است و نیازهای بشر را در نظر گرفته است؛ این پژوهش تلاشی در جهت معرفی این دو از دیدگاه قرآن و حدیث است.

واژه‌ی فرح به معنای شادی در آیات و روایات بکار رفته و به ۲ دسته ممدوح و مذموم تقسیم شده است.

واژه‌ی نشاط به معنای سرحالی در قرآن بکار نرفته اما می‌توان از لا به لای آیات و مفاهیم مناظر و متقابل بدست آورد که شادی و نشاط در تمام امور مادی و معنوی مدنظر دین بوده است.

در این راستا ابتدا به تعریف واژگان و لغات مترادف پرداخته شده است.

سپس این دو واژه و عوامل آن از نظر روان‌شناسی بررسی شده‌اند.

شناسایی این دو واژه و عوامل آن از نظر دین که مدنظر اصلی این پژوهش بوده به تفصیل بحث شده‌اند.

آنگاه جلوه‌هایی از شادی را توضیح داده و با اشاره به الگوهای شادی و شادابی از قرآن اشاره کرده، به نقش شادی و شادابی در زمینه‌های مختلف پرداخته‌ایم.

در پایان موانع شادی و شادابی را از منظر دین بررسی کرده‌ایم.

## مقدمه

اگر در احوال اطرافیان خود دقت کنیم و رفتارشان را زیر نظر بگیریم، متوجه نکاتی می شویم از جمله این که افراد را از نظر خلق و خو و رفتار می توان در گروه های مختلف قرار داد. مانند: شاداب، کسل، شاد، غمگین، افسرده و...

در این بین، دو گروه شاد و شاداب مورد نظر ما هستند. گروه شاداب افرادی پرتحرک، سرزنده، فعال و خوش بین می باشند. کسانی که نکات مثبت حوادث را می بینند، برای هر مسأله ای راهی نو می یابند و از آن تجربه ای نو می اندوزند. در هر جایی وارد می شوند تحرک و پویایی را با خود به همراه دارند.

گروه دوم افراد شاد هستند که به طور موقت از وقایعی که برایشان پیش می آید احساس رضایت و خوش حالی می کنند.

البته بین شادی و شادابی تفاوت است چون شخصی ممکن است در مقطعی از زمان شاد باشد اما شاداب نباشد یعنی این شادی موقت و ناپایدار است و آن امیدواری و دلگرمی به کار و زندگی را نداشته باشد، شادی یک هیجان موقت و ظاهری است اما شادابی هیجان دائم و درونی است. انسان شاداب به خاطر عشق و امید به زندگی و لطف پروردگار هیچگاه غمگین از مسائل زودگذر دنیایی نمی شود و رضایت خاطر را از وضعیت موجود دارد که رضایت خاطر خود شادی آفرین است.

همه ی ما دوست داریم شاد و شاداب باشیم ولی گاهی ممکن است کسل یا خسته و بی رغبت به برخی اعمال بشویم یا گاهی بیهوده غمگین شویم و علت آن را هم نمی دانیم. چقدر خوب است بدانیم چه عواملی باعث شادی و شادابی می شود و چه موانعی بر سر راه آن ها وجود دارد تا بتوانیم عوامل را ایجاد و موانع را برطرف کنیم.

کسانی که توانستند امور خود را به مقصد رسانده، نردبان بلند معنویت را طی کنند و به کمالات انسانی نایل گردند بخشی از موفقیت خود را مرهون روحیه ی امیدواری، دلگرمی، تحرک، شادی و شادابی هستند.

این روحیه سبب شده آن‌ها بتوانند به تلاش و تکاپو پردازند و به آنچه وظیفه‌ی خویش می‌دانند عمل کنند. هیچ‌گاه خستگی، تنبلی، ناامیدی و غم را به خود راه ندهند. در پژوهش حاضر سعی بر این است که به بررسی این موضوع از دیدگاه قرآن و عترت پرداخته شود.

چون دین اسلام برای زندگی و تکامل بشر آمده، قطعی و یقین است که روحیات و نیازهای او را در نظر گرفته است. پس برای رسیدن به این نکته باید با متن دین یعنی قرآن و سنت آشنا گردیده، و آن را مورد بررسی قرار داده نکات لازم را از آن استخراج و به جامعه ارایه داد تا نمی بر تشنگان معرفت ریزد.

این حقیر به ناچیز بودن این پژوهش در موضوعی که چندان پیشینه‌ای نداشته است اعتراف می‌کنم. اما مطالبی که ارایه می‌گردد [نقاط قوت و مثبت] آن برگرفته از قرآن و روایات و بزرگان تفسیر بوده و خطاهای آن از بی‌بضاعتی مؤلف و کاستی‌های آن نیز بر عهده‌ی او است.

ذکر این نکته لازم است که اصل کار پژوهش بر آیات و روایات بوده اما تا حدودی از مباحث روان‌شناسی به صورت مقایسه‌ای استفاده شده و چون سعی بر آن بوده که پژوهش کاربردی باشد و راه‌کارهایی ارایه شود که قابل اجرا و عمل باشد، به این جهت مقداری مطالب را توسعه داده و در بعضی موارد به مسائل جنبی نیز پرداخته شده است.

امیدوارم بتوانم قدمی هر چند ناچیز در این موضوع بردارم تا شبهه‌ی مبتلا به جامعه‌ی جوان امروز ایران اسلامی بررسی شده و عالمان و محققان گام‌های بیشتری در این زمینه و ترویج فرهنگ غنی اسلامی بردارند و با ارایه‌ی راه‌کارهایی بر جامعه افرادی شاد و جوانانی بانشاط و شاداب داشته باشیم.

## بیان موضوع

موضوع این پژوهش «شادی و شادابی از منظر دین» است. شادی به معنای خوش حالی همراه با نوعی خشنودی، یک حالت هیجانی ظاهری و موقت است که نمود آن گاهی با خنده همراه است.

در مقابل شخص شاد، فرد غمگین، عبوس و ناشاد قرار دارد. شادابی و نشاط به معنای سرزنده و سرحال بودن است؛ کسی را بانشاط گویند که پرتحرک، فعال و دارای روحیه‌ای با شور و هیجان، علاقه‌مند به کار و امیدوار باشد. این شخص روحیه‌ی خود را با تلاش و جنب و جوش نشان می‌دهد و در برابر شادابی و نشاط، کسالت و تنبلی و افسردگی قرار دارد.

شادی و شادابی از مقوله‌ی عواطف انسانی می‌باشد. عواطف یکی از ویژگی‌های مهم شخصیت آدمی است و نقش اساسی در رفتار انسان دارد. عواطف اگر به طور صحیح هدایت و کنترل شوند نقش بسیار سازنده در پرورش و شکوفایی استعدادها و رشد شخصیت انسان دارد. پژوهش حاضر در صدد است که این دو مقوله‌ی عاطفی را که آثاری هم به دنبال دارد در آیات و روایات پی‌گیری کرده و مورد بررسی قرار دهد.

## هدف پژوهش

هدف این پژوهش بررسی شادی و شادابی و جایگاه آن در اسلام است. قرن حاضر قرن اضطراب و افسردگی عنوان شده است و انسان‌های بسیاری مبتلا به بیماری افسردگی می‌باشند و از طرف دیگر انسان‌های بسیاری جهت کسب سرور و شادی به منجلاب فساد، فحشا و بی‌خبری کشیده می‌شوند. نگاهی به جوامع دیگر خصوصاً جوامع غربی بیانگر نابودی انسان‌ها در این وادی می‌باشد. کشور ما بعد از جنگ تحمیلی مورد هجومی فرهنگی دشمن قرار گرفت. تبلیغات شوم دشمن با محزون خواندن جامعه‌ی اسلامی و ارایه‌ی برنامه‌های شادی‌آور آن هم از نوع مبتذل و غربی‌اش، سعی در جدا کردن مردم مسلمان ما از ارزش‌های اصیل اسلامی داشته و دارد. از سوی دیگر برداشت غلط از شادی و شادابی توسط بعضی از افراد مسلمان و ناآگاه، دستاویزی جهت معاندان و مخالفان اسلام شده است که با این حربه چهره‌ی تابناک اسلام را مورد خدشه قرار



دهند و آن را دین حزن، کسالت، خمودی و افسردگی معرفی نمایند.

حال آن که تعالیم اسلامی بر اساس فطرت بشر و مبتنی بر شناخت ابعاد وجودی انسان است و در همه‌ی زمینه‌ها برنامه، راهکار و اصولی دارد. و در همه‌ی اصول کمال انسانی را در نظر گرفته، برنامه‌های سازنده، رشد دهنده و هدفمند است. اما برای یافتن آن باید تعمق و جستجو کرد.

پژوهش حاضر که درباره‌ی این دو مقوله از دیدگاه قرآن و سنت است می‌تواند شبهات و ابهامات موجود در این رابطه و نحوه‌ی تعامل انسان‌ها را با یکدیگر در یک جامعه‌ی دینی روشن سازد. درک جایگاه شادی و شادابی و چگونگی بدست آوردن نشاط و شادی در آیات و روایات، شناسایی آسیب‌های شادی و نشاط جهت ایجاد روحیه‌ی شادی و شادابی در امور زندگی از محصولات این پژوهش است.

## اهمیت موضوع

شناخت شادی و شادابی، بررسی شادی ممدوح و پسندیده و موارد سرور مذموم و ناپسند، همچنین درک معنا و مفهوم شادابی و نشاط، شناخت عوامل آن از نظر دین، توجه دین به ابعاد این دو مقوله‌ی عاطفی و آثار آن، توجه به نمودهای آن از دیدگاه اسلام در جهت ترویج فرهنگ اسلامی نقش بسزایی دارد. مسئولان تعلیم و تربیت با استفاده از آن می‌توانند برنامه‌های تربیتی و آموزشی نونهالان و نوجوانان ایران اسلامی را به گونه‌ای طرح‌ریزی نمایند تا نتیجه‌ی مطلوب‌تری در پرورش این امیدان آینده‌ی اسلام حاصل گردد. همچنین مسئولان و برنامه‌ریزان رسانه‌های ارتباط جمعی خصوصاً رادیو و تلویزیون در تهیه و تدوین برنامه‌های آموزشی و تفریحی خود از آن بهره‌مند گردند تا این رسانه‌ی بزرگ رسالت دانشگاهی خود را به فرموده‌ی حضرت امام خمینی (علیه السلام) به خوبی ایفا نماید. مبلغین اسلام نیز با بکار بستن آن‌ها در تعامل با مردم و تبلیغ دین مردم را بهتر به دین واقعی اسلام دعوت کنند.

رهنمودهای سازنده‌ی اسلام و آشنایی با شادی و نشاط واقعی زندگی شخصی انسان را متحول نموده، و فضای مقدّس خانواده و جامعه را دلنشین و جذاب می‌گرداند. جوانان دنبال شادی‌های

کاذب، مخرب و نابود کننده نخواهند رفت. در نتیجه جامعه‌ی اسلامی به جامعه‌ای پویا و شاداب دارای افرادی بانشاط، فعال، و شاد مبدل خواهد شد.

## روش پژوهش

این پژوهش از نوع کتابخانه‌ای است. در این پژوهش پس از دسترسی به منابع متعدّد مطالب مطالعه، فیش‌برداری و دسته‌بندی شده و با تعمّق و استنباط در آنها، این گزارش تدوین گردیده است.

در این پژوهش قرآن و کتاب‌های روایی مورد بررسی قرار گرفته است.

## محدودیت پژوهش

هر پژوهشی با سختی‌ها و محدودیت‌هایی مواجه خواهد بود که بر پژوهشگر لازم است عزم خود را جزم نماید و تصمیم بگیرد تا با آنها به مبارزه برخیزد و در خود روحیه‌ی تحقیق ایجاد نموده و از سختی‌های فرا روی خویش نهراسد.

از مشکلات این پژوهش کمبود منابع موضوع به‌طور مستقل در این دو مقوله بوده است. شاید بتوان مطالبی در این زمینه در لابه‌لای بعضی کتب آن هم نه به‌طور کامل بلکه ناقص یافت.

در خیلی از مباحث این دو مقوله با هم خلط شده و واژه‌ها به جای همدیگر به‌کار رفته و خصوصیت آنها نیز جا به جا شده است اما کتاب مبسوطی در این زمینه نگارش نیافته است. تنها یک پایان‌نامه به‌طور مستقل به‌نشاط به معنای سرزندگی و فعالیت و تحرّک پرداخته که کمتر جنبه‌ی کاربردی دارد.

از مشکلات دیگر در این زمینه علاوه بر کمبود منبع، نبود واژه‌ی نشاط و واژگان مترادف آن در قرآن به مفهومی که این پژوهش به دنبال آن است.

در پایان باید بگویم که در تدوین این پژوهش به منابع مختلف تفسیری کتب روایی، اخلاقی و منابع روان‌شناسی مراجعه شده تا آنجا که تفحص و بررسی به‌عمل آمد تاکنون هیچ کتاب کامل،

جامع و مبسوطی در این زمینه به نگارش در نیامده است.

## پیشینه‌ی پژوهش

طبق شیوه‌های متداول در تحقیقات علمی، در این فصل باید به بررسی تحقیقات پیشین در این راستا پرداخت و نتایج آن‌ها را به صورت اجمالی مطرح نمود.

در کتب تفسیری به ندرت و به صورت مجمل و مختصر اشاره به شادی و شادابی شده است. در کتب روایی روایات محدودی درباره آن‌ها از حضرات معصومین نقل شده است، در کتب اخلاقی نظیر اخلاق ناصری، معراج السَّعاده و جامع السَّعاده نیز به صورت مجمل مطرح گردیده است.

دو کتاب در موضوع شادی به صورت مستقل به نگارش درآمده است که عبارتند از:

۱- کتاب «شرع و شادی» که توسط ابوالفضل طریقه‌دار تألیف و از سوی مؤسسه‌ی فرهنگی، انتشاراتی حضور در قم به چاپ رسیده است. این کتاب شامل دو بخش می‌باشد. در بخش اول به تعریف شادی، عوامل شادی‌آفرین در شرع مقدس اسلام و در بخش دوم در مورد انواع دست افشانی، دیدگاه‌های فقهی درباره‌ی رقص و دست زدن پرداخته است.

۲- کتاب «غم و شادی در سیره‌ی معصومان علیهم‌السلام» که توسط محمود اکبری تألیف و از سوی مؤسسه‌ی صفحه نگار در قم به چاپ رسیده است.

این کتاب از بخش‌های ذیل تشکیل یافته است: فواید شادی، شادی‌های پسندیده و ناپسندیده، شادی‌های معصومان علیهم‌السلام، شهر شادی، شاد کردن مؤمن، حزن و اندوه، راه‌های درمان غم و اندوه و غم‌های پسندیده، بخش کوتاهی نیز به [شادی در قرآن] اختصاص یافته است.

۳- کتاب دیگری به نام «خنده، شوخی، شادمانی» توسط احمد لقمانی نوشته و از سوی نشر سابقون در قم به چاپ رسیده است.

در این کتاب شادی از دو جنبه‌ی روان‌شناسی و متون اسلامی مورد بررسی قرار گرفته است. در کتابخانه «آستان مقدس عبد العظیم حسنی» پایان‌نامه‌ای متعلق به محمد تقدیری به راهنمایی حجة الاسلام دکتر احمد بهشتی و مشاوره دکتر علی شریعتمداری با عنوان «افسردگی و حزن در

آیات و روایات و روان‌شناسی بررسی تطبیقی» از مرکز تربیت مدرس حوزه علمیه قم، سال تحصیلی ۷۳-۷۴ موجود بود.

این تحقیق در ۵ بخش ارائه گردیده است که عبارتند از:

- ۱- تعریف و ماهیت افسردگی و حزن در اسلام و روان‌شناسی.
- ۲- زمینه‌های پیدایش افسردگی.
- ۳- عوامل پیدایش افسردگی و اقسام آن.
- ۴- آثار افسردگی در اسلام و روان‌شناسی.
- ۵- روش‌های درمان افسردگی از نظر اسلام و روان‌شناسی.

در «موسسه‌ی آموزشی و پژوهشی امام خمینی» پایان‌نامه‌ای متعلق به دانش‌پژوه محمدرضا داودی کهگی به راهنمایی حجة الاسلام نجارزادگان و مشاوره حجة الاسلام دکتر زارعان با عنوان «شادابی و نشاط از دیدگاه آیات و روایات تفسیری» موجود بود.

این تحقیق نیز در ۵ بخش ارائه گردیده است که عبارتند از:

- ۱- تعریف و ماهیت شادابی و نشاط در روایات و روان‌شناسی.
- ۲- نشاط و قلمرو آن در قرآن.
- ۳- عوامل شادابی که شامل عوامل بینشی و گرایشی می‌باشد.
- ۴- موانع نشاط.
- ۵- الگوهای شادابی در قرآن.

در کتابخانه‌ی دانشگاه آزاد اسلامی، الهیات قلهک، واحد تهران شمال پایان‌نامه‌ای به نام «حزن و نشاط از دیدگاه قرآن و سنت» متعلق به خانم ملیحه زمان آقایی خوزانی به راهنمایی دکتر علی قائمی امیری و مشاورت دکتر جواد منصوری موجود بود.

این پژوهش در ۵ بخش تنظیم شده و ارائه گردیده است.

بخش اول: مفاهیم و اصطلاحات که حزن و سرور و لغات مترادف آن بررسی شده است.

بخش دوم: حزن و سرور از نظر روان‌شناسی.