

معیارهای شادی ناسالم از نگاه قرآن

سید ضیاءالدین علیانصب^۱، سید مرتضی علیانصب^۲

^۱ دانشیار، گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

^۲ کارشناسی ارشد، گروه اخلاق اسلامی، دانشگاه معارف قم، قم، ایران.

نام نویسنده مسئول:

سید مرتضی علیانصب

چکیده

در قرآن که با تویخات فراوانی در خصوص شادی مواجهیم. برخورد ظاهری با این آیات اینگونه به ذهن متبادر می کند که شادی فعل ناشایستی است در حالی که آیات مذمت شادی، به شادی های ناسالم مربوط است. آنچه مذموم است برخی ویژگی هاست که با پدیده شادی توأم می شود. شناخت این معیارها و کناره گرفتن از آن سبب نیل به شادی سالم و مثبت می شود. این تحقیق با هدف تبیین معیارهای شادی ناسالم، در صدد پاسخ به این پرسش است که از منظر قرآن کریم، معیارهای شادی ناسالم کدامند؟ این تحقیق از نوع کتابخانه ای است که به روش توصیفی تحلیلی، بر اساس منابع اسلامی انجام گرفته است. یافته های تحقیق نشان می دهد؛ از نگاه قرآن، معیار کلی شادی ناسالم نگرش غیر الهی است که در سه بعد خودگرایی، دنیاگرایی و باطل گرایی بروز می نماید.

واژگان کلیدی: معیارها، شادی ناسالم، شادی.

مقدمه

در قرآن که با تویخات فراوانی در خصوص شادی مواجهیم، برخورد ظاهری با این آیات اینگونه به ذهن متبادر می کند که شادی فعل ناشایستی است ولی شادی ها به لحاظ کیفیت، عوامل و آثار از یکی از نظامات شادی سالم یا ناسالم پیروی می کنند. این دو نوع شادی تفاوت بنیادینی باهم دارند. تنها شادی ناسالم مورد نهی قرآن کریم است. قرآن کریم برای هر یک از شادی سالم و ناسالم معیارهایی را ارائه نموده است. با توجه به اینکه مصادیق این گونه شادی ها متنوع است می بایست معیارهایی از قرآن کریم استخراج گردد تا ملاکی برای تشخیص موارد ناسالم شادی بوده و با پرهیز از آن افراد بتوانند از نعمت شادی پاک بهره مند شوند. بدین منظور این پژوهش با هدف شناخت معیارهای شادی ناسالم به این پرسش پاسخ خواهد گفت که از منظر قرآن معیارهای شادی ناسالم کدامند؟

شناسایی شادی ناسالم برای از بین بردن و دور ماندن از آن ضروری است. علیرغم تأکید قرآن کریم بر دوری از این نوع شادمانی ها نبود چنین تحقیقاتی موجب عدم توجه لازم محققان و ارائه راهکار علمی خواهد بود و لذا شاهد گسترش آن در جامعه می شویم. این تحقیق خواهد توانست ملاک شادی ناسالم را شناخته و به جامعه علمی و عموم معرفی نماید تا افراد بر اساس این معیارها از شادی ناسالم و مورد نهی قرآن کناره جویند. اگر نتایج این پژوهش به کار گرفته شود افراد با نگرشی واقع بینانه، به شادی سالم خواهند پرداخت و پیامدهای منفی اخلاقی در حیطه فردی و اجتماعی کمتر خواهد شد.

برجسته ترین برخورد قرآن کریم با مقوله شادی نهی از شادی های ناسالم است تا افراد را از ابتلای به آنها بازدارد. با این حال این نگاه کمتر مورد توجه پژوهشگران این حوزه قرار گرفته است که در این زمینه ملاک ها و شاخص هایی را استنباط و ارائه نمایند که بر همه مصادیق قابل تطبیق باشد. محققانی هم که در این زمینه فعالیت نموده اند صرفاً به بیان مصادیق منفی شادی پرداخته اند در حالی که هدف قرآن از بیان مصادیق ارائه ملاک در قالب مثال است نه برشمردن مصادیق که به تعداد افراد و سلیقه ها هستند. البته تحقیقاتی (صادقی، ۱۳۸۶؛ فعالی، ۱۳۸۹؛ زینی، ۱۳۹۰)^۱ که تاکنون در این زمینه صورت گرفته توفیقاتی داشته و شادی را در قسم مذموم آن مورد مطالعه قرار داده و به بررسی مصادیق شادی ناسالم در قرآن و جامعه پرداخته است.

علیانسب و همکاران^۲ (۱۳۹۵) با هدف هنجاریابی در اخلاق شادی، مثال های قرآنی مدح و ذم شادی را مطالعه نموده و اصول اخلاقی ایمان بنیان شادی را ارائه نموده اند.

علیانسب و همکاران^۳ هنجارهای اجتماعی اخلاق شادی اسلام را در پژوهش دیگری بررسی نموده اند. این هنجار ها به تنظیم رابطه اجتماعی انسان در مواقع شادی می پردازد.

بخش دیگری از مباحث اخلاق شادی به آسیب ها اختصاص دارد که پیش بینی و شناخت آن لازم است. غفلت، تکبر، طغیان، سرمستی و زیاده روی برخی آسیب های اخلاقی شادی اند که در پژوهش دیگری مورد مطالعه علیانسب و همکاران (۱۳۹۶)^۴ قرار گرفته است. این معیارها در ارتباط متقابل و فزاینده با آسیب های اخلاقی قرار دارند و شناخت و دوری از آنها از آسیب ها نیز باز می دارد. سه مقاله اخیر از نگارنده با هدف شناخت و کسب شادی سالم و زدودن رذایل آن انجام گرفته است. اکنون بحث دیگری در این حوزه نیازمند تحقیق است تا به شناسایی شادی ناسالم جهت اجتناب از آن بپردازد. پژوهش حاضر در پاسخ به این نیاز علمی صورت می گیرد.

۱- مفهوم شادی سالم و ناسالم

قرآن کریم، نگاه ارزش داورانه به شادی دارد و آن را نه فقط به عنوان حس مثبت؛ بدون توجه به پیش و پس آن؛ بلکه بسته به اسباب، آثار و کیفیت آن ارزیابی می کند.^۵ از نظر قرآن، شادی ها دارای دو سنخ اند؛ شادی مادی و شادی معنوی است. شادی های مادی گاهی در نظام

۱. صادقی حسن آبادی، مجید، «غم و شادی در تجربه دینی مولوی» مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی، تابستان ۱۳۸۶، شماره ۴۹؛ فعالی، محمد تقی، «نقد دینی فلسفی بر مولفه شادی در معنویت های نوظهور» پژوهشنامه فلسفه دین، ۱۳۸۹، شماره ۱۶؛ زینی ملک آباد، هادی و همکاران، جایگاه شادی و نشاط در قرآن و روایات، نشریه فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۱۳۹۰

۲. علیانسب و همکاران، اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات، فصلنامه علمی پژوهشی اخلاق زیستی، تهران، ۱۳۹۵

۳. علیانسب و همکاران، هنجارهای اجتماعی اخلاق شادی اسلام، ششمین کنفرانس علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی، کوالالمپور، مالزی، ۱۳۹۶

۴. علیانسب و همکاران، آسیب های اخلاقی شادی از منظر قرآن، کنفرانس مطالعات فرهنگی اجتماعی و پژوهش های قرآنی و حدیثی، تهران، ۱۳۹۶

۵. علیانسب و همکاران؛ اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات، مجله اخلاق زیستی، ۱۳۹۵، مستان

شادی سالم بوده و دارای سلامت اخلاقی و توأم با فضایل است.^۱ در مواردی نیز در نظام شادی ناسالم قرار گرفته و منفی و توأم با رذایل هستند.^۲ سلامت اخلاقی موجب می شود، شادی سالم، مثبت، سازنده، با ارزش گشته و انبساط خاطری توأم با رضایت خدا باشد.^۳

۲- نظام شادی ناسالم

کتاب آسمانی از شادی های ناسالمی سخن گفته است که دارای نظام فکری و اخلاقی خاصی هستند. این نظام شادمانی مورد نهی و مخالفت قرآن کریم است. ماهیت و معیار شادی ناسالم جز با تحلیل این نظام آشکار نمی گردد. به طور کلی نگرش نادرست از واقعیت های هستی مانند خود، خدا، دنیا، جهان آخرت، حقیقت اعمال و در نهایت، نگاه غیرواقعی از حقیقت شادی و عوامل آن، دلایل عمده شکل گیری این نظام در شاکله وجودی شخص هستند.

می توان گفت نگرش غیر الهی، در مقابل بینش توحیدی به عالم، قرار دارد که نظام شادی و غم ناسالم را شکل می دهد. مراد از نظام شادی ناسالم مجموعه باور ها گرایش ها و ارزش هایی است که منجر به شادی با عوامل و آثار و کیفیت غیر الهی و همراه با آسیب های اخلاقی می شود. این شادی و غم دارای آسیب های اخلاقی نیز هست. هر چند هر انسانی به طور طبیعی از اموری شاد یا غمین می شود اما آنچه مراد خداوند است شادی و غم بگونه ای نباشد که او را در باطل فرو برد^۴ قرآن نسبت به آثار اخلاقی این نگاه هشدار می دهد. «و خدا هیچ خودپسند فخر فروشی را دوست ندارد»^۵ این ویژگی های ناشایست در سخن امام باقر ع نتیجه شرک و بینش نادرست معرفی شده است «همانا سرخوشی و سرمستی و خودبزرگ پنداری یکایک جزئی از شرک است»^۶ نگرش غیر الهی، اعتقادات و گرایش های اشتباهی را ایجاد نموده و رذایل اخلاقی مانند کبر و فخر فروشی، طغیان و سرکشی، غفلت، ناسپاسی، بی بند و باری، اسراف و سبک سری را به دنبال می آورند.^۷ هر چند صرف وجود برخی از رذایل در هنگام شادی دلیل ناسالم بودن اساس شادی نبوده بلکه حکایت از صفات نفسانی شخص دارد که از ارزش اخلاقی افعالش می کاهد.

از این رو وجود یک آسیب اخلاقی در یک شادی به معنای قرار گرفتن این شادی در نظام ناسالم نیست بلکه ممکن است اساس و بنیان شادی دارای نظام سالم بوده و در عین حال در مرحله شادمانی به دلیل ضعف اخلاقی و نفسانی شخص، شادمانی با یک رذیلت اخلاقی بروز نماید. در این فرض مجموع شادی ناسالم نیست بلکه صرفاً بخشی از ارزش اخلاقی شادی در سطوح پایین دچار اشکال است که با زدودن رذایل ارزش اخلاقی شادی حفظ خواهد شد. در حالی که نظام ناسالم از بنیان دارای اشکالات و آسیب های اساسی است که تطبیق معیارها نشان دهنده شادی ناسالم اند و آثار منفی و غیر اخلاقی آن اگر هم قابل رفع باشد کیفیت و ماهیت آن جز با تغییر اساسی، سالم و پاک شدنی نیست. پس سخن در چند رفتار و صفت غیر اخلاقی نیست بلکه اصلاح نظام ارزش های شخص مد نظر قرآن کریم است.

قارون با نگاهی غیر الهی، بر این باور بود که ثروتش فنا ناپذیر و نتیجه توان و دانش خود اوست لذا در کیفیت شادمانی اش، تکبر و سرمستی می نمود. مردم به او گفتند اینگونه شادمان مباش که خدا شادمانان را خوش نمی دارد. خدای متعال از زبان قوم قارون که وی را از غرور و شادی ناسالم نهی کرده ناظر به سه رابطه انسان (با خدا، خود و هستی)، دستور العمل توحیدی ارائه می کند. قرآن بر نگرش الهی در مقوله شادی تأکید می ورزد و شادی سالم را به همگان معرفی می کند. «و با آنچه خدایت داده سرای آخرت را بجوی و سهم خود را از دنیا فراموش مکن، و همچنانکه خدا به تو نیکی کرده نیکی کن و در زمین فساد مجوی که خدا فسادگران را دوست نمی دارد»^۸

قرآن با عبارت «وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ؛ و با آنچه خدایت داده» نگرش الهی در شادی را یادآور می شود تا شخص همه دارایی خویش و شادی اش را از خدا بداند. با بیان «الدَّارَ الْآخِرَةَ؛ سرای آخرت را بجوی» تأکید می کند که با آنها آخرت را بجوید و دنیا را محور و مقصد قرار ندهد بلکه از آن صرفاً بهره بجوید «وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا؛ سهم خود را از دنیا فراموش مکن» این مقدار از شادی مورد تأیید قرآن است. چنین کسی هیچگاه سراغ باطل نخواهد رفت و چون به نیکی خدا بر خویشتن توجه کامل دارد، نیکی را پیشه خویش می سازد و «وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ؛ و همچنانکه خدا به تو نیکی کرده نیکی کن» بر اساس این نگرش که شخص داشته ها را لطف و احسان الهی بداند خودش نیز اهل نیکی و خوبی خواهد بود و شادی اش او را به فساد و طغیان وانی دارد چون می داند که «خدا فسادگران را دوست نمی دارد»

۱. علیانصب و همکاران، هنجارهای اجتماعی اخلاق شادی اسلام، ششمین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی، ۱۳۹۶

۲. علیانصب و همکاران، آسیب های اخلاقی شادی از منظر قرآن، کنفرانس مطالعات فرهنگی اجتماعی و پژوهش های قرآنی و حدیثی، تهران، ۱۳۹۶

۳. فعالی، «نقد دینی فلسفی بر مولفه شادی در معنویت های نوظهور»، پژوهشنامه فلسفه دین، ۱۳۸۹، شماره ۱۶

۴. مغنیه، تفسیر کاشف، ج ۷، ص ۲۵۴

۵. وَ اللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ. (حدید(۵۷): ۲۳

۶. بحار، مجلسی، ج ۷۳، ص ۲۳۳

۷. علیانصب و همکاران، آسیب های اخلاقی شادی از منظر آیات و روایات، کنفرانس مطالعات فرهنگی اجتماعی و پژوهش های قرآنی و حدیثی، تهران، ۱۳۹۶

۸. وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ ۖ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا ۖ وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ ۖ وَلَا تَبْغِ الْفُسَادَ فِي الْأَرْضِ ۚ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ (قصص(۲۸): ۷۷

این آیه مهم ترین منشور اخلاق اجتماعی شادی است که تکلیف اخلاقی احسان را بر دوش شادی کنندگان قرار داده است تا همه رفتارهای مربوط به هیجان شادی با اخلاق و خوبی به دیگران و نه با تجاوز به حقوق آنان انجام بگیرد.^۱

«از این رو انسان‌ها در برابر این نوع شادی، دو حالت کلی نسبت به آن فیاض بی منت و منتها پیدا می‌کنند یا دست خدا را در اعطای نعمت می‌بینند که فضایل از این نگرش پدید می‌آید یا دست خدا را نمی‌بینند و آن را به اسباب دیگر یا خود منسوب می‌کنند که در این صورت نیز ردایل به وجود خواهد آمد. بنابراین اگر شادی افراد مطابق حق، از جانب الهی، به نیت رسیدن به کمالات و توأم با فضایل باشد، نه تنها بد نیست، بلکه یک ارزش است»^۲ توجه به منعم در شادی و عمل به تکالیف اخلاقی مقابل او در باور و عمل هدف دین است. قرآن کریم با وعده‌های نجاتبخش، همگان را به برخورداری از فضل و رحمت ایزدی ترغیب و تشویق نمود و شادی را بدان‌ها ارزانی کرد. قرآن نفی شادی نمی‌کند، بلکه می‌گوید که آن را از خدا بدانید و بجوید. هر صاحب‌خردی با دریافت نعمت، شاد می‌گردد و قرآن نیز جایی نگفته که وقتی به نعمتی دست یافتید شاد نشوید و یا نسبت به نعمت و نعمت بی تفاوت باشید؛ بلکه آنچه مراد قرآن است انسان را متوجه سرچشمهی نعمت‌ها کند و فقط مادیات مدنظر او نباشد و تمام اطمینان و شادمانی‌اش به نعمت‌های دنیوی منحصر نگردد. در نهایت قرآن کریم به‌منظور ارتقای بینشی مخاطبان از انضمام مراحل بالارزش‌تر شادی، سخن به میان می‌آورد. افزون بر خوشحالی به فضل، شادی به رحمت الهی و سعادت دینی را به‌عنوان سطح متعالی شادی پیش روی بندگان قرار می‌دهد.

نگارنده پیش از این در بخشی از مقاله اصول اخلاقی شادی به منظور تبیین شادی سالم به صورت اجمالی به این بحث پرداخته است لکن در اینجا به صورت تفصیلی بیان می‌گردد.

«قرآن شادی را نفی نمی‌کند، بلکه به صراحت می‌گوید: آن را از خدا بدانید و از او بجوید. هر انسان عاقلی با دریافت نعمت، شاد می‌گردد و قرآن نمی‌گوید وقتی به نعمتی دست یافتید، شاد نشوید و یا نسبت به نعمت و نعمت بی تفاوت باشید، بلکه مراد قرآن این است: اولاً؛ انسان متوجه سرچشمه نعمت‌ها شده و دارای یک نگرش توحیدی به نعمت‌های دریافتی باشد که خود این نگرش با یک شناخت عمیق و جهان‌بینی صحیح حاصل می‌شود، هرچند همگان خواسته و ناخواسته از فضل الهی برخوردارند، ولی هدف قرآن توجه‌دادن به این تنعم است تا بینش و رفتاری الهی با آن همراه شود. ذیل آیه مورد بحث به هر نوع فرح غیر الهی کنایه می‌زند و فضل و رحمت الهی را که باید بدان شادی جست از هر آنچه انباشته‌اند، بهتر می‌خواند. بنا به دستور صریح «باید به آن شاد شوند». هر شادی باید تنها به فضل و رحمت الهی انجام بگیرد و این انحصار از تقدم ضمیر اشاره «به آن» بر فعل «باید شاد شوند»، استفاده می‌شود. چه بسا برخی عوامل شادی، مادی باشند، ولی جهت‌گیری کلی آن با نگرش توحیدی بوده و آدمی از عمق قلب خود نعمت‌های دریافتی را فضل الهی شمارد. ممکن است فردی شادی‌اندکش بدون توجه خدا مذموم باشد، حال آنکه دیگری شادی فراوانش را از خدا ببیند و با نگرش توحیدی متصف به فضایل شود.» از منظر قرآن کریم امور عالم و قبض و بسط در آن بدست خدا نوشته شده است «هیچ مصیبتی نه در زمین و نه در نفس‌های شما [= به شما] نرسد، مگر آنکه پیش از آنکه آن را پدید آوریم، در کتابی است. این [کار] بر خدا آسان است»^۳ لذا از شادی شدید با دنیا و از غم و اندوه آن نهی نموده و می‌فرماید: «تا بر آنچه از دست شما رفته اندوهگین نشوید و به [سبب] آنچه به شما داده است شادمانی نکنید»^۴ خداوند ابتدا نسبت به اراده الهی در حوادث عالم آگاه نموده تا ادمیان بدان غمناک و شادمان نشوند. تمام امورات تلخ و شیرین در کتاب الهی ثبت شده و انسان نباید بدان‌ها خیلی شاد یا خیلی غمین گردد. نگرش الهی داشتن به امور دنیا و در نظر گرفتن اراده الهی در آن، موجب می‌شود؛ انسان با آمدن دنیا خیلی شاد و با رفتن آن چندان اندوهگین نشود.

«ثانیاً؛ قرآن سعی دارد که تنها برآوردن نیازهای مادی مد نظر انسان نباشد و تمام شادمانی وی به نعمت‌های دنیوی منحصر نگردد. از این رو به منظور بالابردن سطح آگاهی مخاطبان از مراحل بالارزش شادی نیز، سخن به میان می‌آورد. علاوه بر خوشحالی به فضل، شادی به رحمت الهی و سعادت دینی را به عنوان سطح متعالی پیش روی بندگان قرار می‌دهد. انسان باید دارای چنین نگرش توحیدی باشد تا به آن شادی توحید محور نیز دست یابد که یکی از اهداف قرآن ارمان این فرح و شادمانی توحیدی به رهروان حقیقی خویش است.»^۵

نتیجه ایمان و نگرش الهی، تعالی و فرازوی از شهوت و مادیت در شادی است تا انسان در تلاش باشد شادی‌هایش از سطح مادی فراتر رفته و اسباب پایدار و ماندگار سعادت‌مندی معنوی را جهت شادی جست‌وجو نماید. عنصر تعالی در صدد است تا شادی‌های انسان در جهت کمال، تعالی نفس و سعادت آدمی قرار گیرد.

۱. علیانسنب و همکاران، هنجارهای اجتماعی اخلاق شادی اسلام، ششمین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی، مالزی، ۱۳۹۶

۲. علیانسنب و همکاران، اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات، فصلنامه علمی پژوهشی اخلاق زیستی، تهران، ۱۳۹۵

۳. ما أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ (حدید(۵۷): ۲۲)

۴. لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ (حدید(۵۷): ۲۳)

۵. علیانسنب و همکاران، اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات، فصلنامه علمی پژوهشی اخلاق زیستی، تهران، ۱۳۹۵

نگرش الهی، شادی و لذت را در مسیر کمال آدمی قرار می‌دهد و قرب و تعالی را برای وی به ارمغان می‌آورد. بنابراین قرب و تعالی نفس از اهداف و نتایج روشن نگرش الهی انسان هستند. با وصول به این اهداف شادی از ارزش برخوردار گردیده یعنی اثر مثبت بر کمال نفس و تقرب خواهد داشت. در حقیقت قرب و تعالی، دو روی یک سکه برای رسیدن به شادی متعالی اند. با این تفاوت که قرب به طور مستقیم شادی را در قیاس به خدا می‌سنجد و مفهوم تعالی نیز تأثیر شادی سالم را بر به کمال نفس انسانی مدنظر قرار می‌دهد. بنابراین در عین تفاوت از یکپارچگی و اتحاد برخوردارند در حقیقت سعادت بشری و کمال نفس آدمی در قرب الهی است و قرب الهی نیز همان کمال و سعادت بشر است و این‌ها یک حقیقت، با منظر متفاوت هستند که هدف از ارائه نظام شادی سالم هستند.

بنابراین اگر نگرش انسان به خدا، آخرت و دنیا اصلاح شد شادی هایش نیز به سمت حق و نیکی جهت می‌یابد و از فساد و زشتی دوری می‌کند.

۳- معیارها

شادی ناسالم، نتیجه‌ی یک نظام فکری و پیش‌فرض‌های اعتقادی است که بر اندیشه‌ی شخص، سایه افکنده است. این طرز فکر، اعتقادات و گرایش‌هایی را پدید می‌آورد. معیار شناسی مستلزم دقت در نگاه تحلیلی قرآن کریم به این مقوله می‌باشد. بسیاری از آیات مذمت شادی، ضعف ایمان و نگرش صرفاً مادی افراد را نشانه گرفته است که در مصادیق گوناگون بروز می‌نماید. چنانچه نظام شادی سالم از نگرشی الهی پیروی می‌نماید و دارای اصول اخلاقی خصوصی نیز می‌باشد؛ نگرش غیر الهی اساسی‌ترین معیار نظام شادی ناسالم است که در مظاهر سه گانه خودگرایی، دنیاگرایی و باطل‌گرایی بروز می‌نماید. این معیارها در ارتباط متقابل و فزاینده با ناهنجاری‌های اخلاقی قرار دارند.

۳-۱- خودگرایی

در نظام شادی ناسالم، افراد در کسب شادی و ابراز آن دچار خودگرایی و خودمحوری هستند. قرآن کریم از سطوح مختلف این معیار سخن گفته است. یکی از سطوح ضعیف خودگرایی هنگامی رخ می‌دهد که خداوند به انسان عنایت کرده و مختصر رحمتی به او می‌چشاند البته گشایش آنچنانی نیز نمی‌دهد تا دست به هر کاری که دوست دارد بزند ولی انسان شادمان با رفتار بد خویش، نتایج بد و ناملایمات را بر خود رقم می‌زند و چون مردم را رحمتی بچشانیم، بدان شاد می‌گردند؛ و چون به [سزای] آنچه دستاورد گذشته آنان است، صدمه‌ای به ایشان برسد، بناگاه نومید می‌شوند.^۱ آنگاه او نومید از رحمت الهی می‌شود «آیا ندانسته‌اند که [این] خداست که روزی را برای هر کس که بخواهد فراخ یا تنگ می‌گرداند؟ قطعاً در این [امر] برای مردمی که ایمان می‌آورند عبرت‌هاست» به تصریح قرآن چنین انسانی گشایش روزی و شادمانی را در دستان قدرت خدا نمی‌بیند و خود را عامل موفقیت و شادمانی تلقی می‌کند.

بدترین سطح این آسیب را در رفتار متکبرانه قارون باید ملاحظه نمود. خداوند از داستان قارون برای عبرت آدمیان استفاده می‌کند. او از دارایی اش شادمان بود و کسب ثروت را به علم اندک خویش نسبت می‌داد؛ غافل از اینکه خداوند قدرتمندتر از قارون را نیز می‌تواند هلاک نماید «قارون» گفت: «من اینها را در نتیجه دانش خود یافته‌ام.» آیا وی ندانست که خدا نسلهائی را پیش از او نابود کرد که از او نیرومندتر و مال‌اندوزتر بودند؟^۲ به دلیل گردن کشی، خدا به او فرصت چندانی نداد. او با تمام دارایی خویش در زمین فرو رفت تا مایه عبرت ظالمان و تسلی مستضعفان قوم خویش گردد. «روز دیگر آن کسان که دیروز آرزو می‌کردند که به جای او می‌بودند، می‌گفتند: شگفتا که خدا روزی هر کس را که خواهد فراوان کند یا تنگ سازد اگر خدا به ما نیز نعمت فراوان داده بود، ما را نیز در زمین فرو می‌برد و شگفتا که کافران رستگار نمی‌شوند»^۳ و این گونه به قدرت خدا در دادن و گرفتن نعمت پی بردند.

شادی‌های ناسالم با نگرشی غلط از خدا و با اعتماد به خویشتن و مستقل از خدا صورت می‌گیرند. شناخت خدا و گرایش به او موجب از بین رفتن انسان‌گرایی مفرط در شادی خواهد شد. باید به این نکته توجه یافت که شادی و هرگونه گشایش در زندگی به عنایت و اراده الهی است و هر که را بخواهد بی‌منت از رحمت خویش می‌بخشد «بگو:» [این] تفضل به دست خداست؛ آن را به هر کس که بخواهد می‌دهد، و خداوند، گشایشگر داناست»^۴ نباید در مقابل این لطف الهی انسان خودخواهانه رفتار کند بلکه باید همه را از لطف او بداند و سعی در اطاعت از اوامر الهی داشته و اینگونه شکرگزاری به جا آورد. خودگرایی اسارت انسان در چنگال هوای نفس را رقم می‌زند که او را به هر سو که خواهد می‌کشاند. چنین شخصی باید گرایش‌های رحمانی را در خود تقویت نماید تا بتواند در مقابل خودخواهی‌های نفس مقاومت کند. انگیزه‌های

۱. وَ إِذَا أَذَقْنَا النَّاسَ رَحْمَةً فَرِحُوا بِهَا وَإِنْ تُصِيبُهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ إِذَا هُمْ يَقْنَطُونَ؛ أَوْ لَمْ يَرَوْا أَنَّ اللَّهَ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَ يَقْدِرُ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يُؤْمِنُونَ (روم: ۳۶ و ۳۷)

۲. قَالَ إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَىٰ عِلْمٍ عِنْدِي ۚ أَوَلَمْ يَعْلَم أَنَّ اللَّهَ قَدْ أَهْلَكَ مِنْ قَبْلِهِ مِنَ الْقُرُونِ مَنْ هُوَ أَشَدُّ مِنْهُ قُوَّةً وَ أَكْثَرُ جَمْعًا ۖ (قصص: ۲۸)

۳. وَأَصْبَحَ الَّذِينَ تَمَنَّوْا مَكَانَهُ بِالْأَمْسِ يَقُولُونَ وَيُكَانُّ اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ مِنْ عِبَادِهِ وَيَقْدِرُ لَوْلَا أَنْ مَنَّ اللَّهُ عَلَيْنَا لَخَسَفَ بَنَّا وَنُكَانَ لَآ يُفْلِحُ الْكَافِرُونَ (قصص: ۲۸)

۴. يَخْتَصُّ بِرَحْمَتِهِ مَنْ يَشَاءُ وَ اللَّهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيمِ؛ (ال عمران: ۷۳)

الهی و فطری انسان عامل موثر و نیرومندی هستند که درون شخص خفته و خاموش اند که باید شکوفا و هشیار شوند که بتوانند بر گرایشات نفس غالب شود.^۱

در مناجات شعبانیه چنین آمده «خداوند! توانی در من نیست تا بدان از عصیان و سرپیچی تو روی گردانم، مگر به هنگامی که برای محبت خود بیدار و هشیارم کرده باشی.^۲ وقتی که هواهای نفسانی غالب می شود و مومن را به سوی معصیت می کشاند تنها معرفت و محبت خداست اگر در دل انسان بیدار شود انسان را از خودگرایی در انتخاب ها و شادی ها بازمی دارد. باید انسان متوجه سرچشمه نعمت ها شده و دارای یک نگرش توحیدی به نعمت های دریافتی باشد که خود این نگرش با یک شناخت عمیق و جهان بینی صحیح از نیاز مطلق انسان به خدا حاصل می شود، هرچند همگان خواسته و ناخواسته از تفضل الهی برخوردارند، ولی هدف قرآن توجه دادن به این تنعم است تا بینش و رفتاری الهی با آن همراه شود.^۳

۲-۳- دنیاگرایی

گرایش انسان ها به دنیا دارای مراتب گوناگونی است. مرحله خیلی شدید آن نومییدی از آخرت و دیدار الهی، راضی شدن به زندگی دنیا، اکتفا نمودن به آن و در نهایت اعتماد و آرامش یافتن با دنیا مراتب شدید دنیا گرایی هستند که یکی پس از دیگری محقق می گردند. «کسانی که امید به دیدار ما ندارند، و به زندگی دنیا دل خوش کرده و بدان اطمینان یافته اند، و کسانی که از آیات ما غافلند»^۴ انسان هایی که با دنیا خو گرفته و تمام آرامش خویش را در آن دنبال می کنند، دنیا را فنا ناپذیر و بسیار بزرگ و باارزش می پندارند. شادی دنیاگرایان از دو پندار باطل جاودان پنداری و بزرگ پنداری دنیا سرچشمه گرفته است.

۱-۲-۳. جاودان پنداری دنیا

قرآن کریم جاودان پنداری دنیا را مذمت می کند چرا که این باور منجر به آرزوهای دور و دراز و غیر منطقی می شود. خداوند در قرآن داستان دو باغبان دارا و ندار را بیان می کند که یکی به خاطر فراوانی مال و افراد بر دیگری اظهار غرور و برتری می کند تا جایی که در نعمت ها قدم می گذارد و خیال می کند که هیچگاه نعمت ها نابود نخواهند شد. «و در حالی که او به خویشستن ستمکار بود، داخل باغ شد [و] گفت: «گمان نمی کنم این نعمت هرگز زوال پذیرد و گمان نمی کنم که رستخیز بر پا شود»^۵ دیری نپایید که میوه ها آفت گرفت و خانمانش فرو ریخت. به وقت حسرتش کسی یارای یاریش نداشت و آن شخص این گونه به نادرستی پندار خویش پی برد.

حقیقت آن است که وقتی دنیا به انسان روی می آورد دلش بدان آرامش و اطمینان یافته سرگرم بهره گیری از آن و از زینت های آن می شود و از غیر آن یعنی امور معنوی منقطع می گردد، «هواها یکی پس از دیگری برایش پدید می آید آرزوهایش دور و دراز می گردد، نه برای خود فنایی می بیند، و نه برای نعمتهایی که در دست دارد زوالی احساس می کند و نه برای آن اسبابی که به کام او در جریان است انقطاعی سراغ دارد»^۶ شادی ناسالم از جاودان پنداری دنیا و باور نداشتن به فانی این جهان پدید می آید که با آسیب های اخلاقی نیز همراه است.

۲-۲-۳. بزرگ پنداشتن دنیا

قرآن کریم تصور افراد کوتاه بین از زندگی دنیوی که دنیا را بزرگ پنداشته و مایه سرخوشی قرار می دادند، ابطال نموده است. از نگاه قرآن دنیا در مقیاس ابدیت اندکی بیش نیست و چندان جای خوشحالی و اتکاء ندارد. خداوند با کنایه به فرح و خوشحالی دنیایی، آن را در مقابل آخرت جز اندک نمی داند. «زندگی دنیا در [برابر] آخرت جز بهره ای [ناچیز] نیست.»^۷ دنیاگرایان همه آمال و آرزوهای خویش را در دنیا می جویند غافل از اینکه دنیا محدود بوده داشته هایش کوچک اند و گنجایش تحقق بسیاری از خواسته های بی نهایت آدمی را ندارد.

برای درمان دنیا گرایی شخص باید ایمان و باور خود از معاد و سرای دیگر را اصلاح نماید تا توقع ثبات و پایداری از شادی های دنیوی را نداشته باشد. چنانچه قرآن کریم بر پاسخ به آن باغبان مغرور و ستمکار بر اصل آخرت گرایی تأکید می کند «مال و پسران زیور زندگی دنیایند، و نیکبهای ماندگار از نظر پاداش نزد پروردگارت بهتر و از نظر امید [نیز] بهتر است»^۸ با این تغییر نگرش، جاودان پنداری نعمت هنگام

۱. مصباح یزدی، اخلاق در قرآن، ج ۱، ص ۲۱۱

۲. إلهی لَمْ یَکُنْ لِي حَوْلَ قَاتِلٍ بِهِ عَنْ مَعْصِيَتِكَ إِلَّا فِي وَفْتِ أَنْقَطَتْنِي لَمَحْنَتِكَ؛ طوسی، مصباح المتهجد و سلاح المتعبد، ج ۲، ص ۸۲۵

۳. علیانرب و همکاران، اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات، فصلنامه علمی پژوهشی اخلاق زیستی، تهران، ۱۳۹۵

۴. إِنَّ الَّذِينَ لَا يُرْجُونَ لِقَاءَنَا وَ رَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ اطْمَأَنَّنُوا بِهَا وَ الَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ. (یونس: ۱۰)

۵. وَ دَخَلَ جَنَّتَهُ وَ هُوَ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ قَالَ مَا أَظُنُّ أَنْ تَبِيدَ هَذِهِ أَبَدًا؛ وَ مَا أَظُنُّ السَّاعَةَ قَائِمَةً (کهف: ۱۸) و ۳۷

۶. همان، ص ۴۳۱

۷. اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَ يَقْدِرُ وَ فَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ (عد: ۱۳): ۲۶

۸. الْمَالُ وَ الْبَنُونَ زِينَةُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ الْبَاقِيَاتُ الصَّالِحَاتُ خَيْرٌ عِنْدَ رَبِّكَ ثَوَابًا وَ خَيْرٌ أَمَلًا (کهف: ۱۸): ۴۶

شادی برطرف خواهد شد. در جای دیگر کتاب خدا دنیا را در مقابل آخرت جز اندک نمی داند. «و هر آنچه به شما داده شده است، کالای زندگی دنیا و زیور آن است، و [آنچه پیش خداست بهتر و پایدارتر است؛ مگر نمی اندیشید؟]»^۱ هر دو آیه همچون بسیاری دیگر از آیات بر برتری و پایداری آخرت تأکید دارد و دنیا را پلی برای شادی ماندگار اخروی معرفی نموده اند و نباید هدف نهایی و اوج شادی انسان باشد.

۳-۳- باطل گرایی

باطل گرایی یکی از معیارهای نظام شادی ناسالم و نتیجه نوعی تغییر در باورها و اندیشه هاست که زمینه دگرگونی در ارزشهای و گرایشات افراد را پدید می آورد. شخصی که دچار خودگرایی و دنیاگرایی گشته به باطل و پلیدی می گراید و از آن کسب شادی می کند. ایمان ضعیف به خدا و آخرت، منجر به نگاه نادرست از اعمال و رفتارها می شود تا جایی که انسان به شادی با باطل و زشتی ها تمایل نشان می دهد. آنچه موجب خشنودی و مسرت او می گردد نه اعمال نیک و اطاعت الهی؛ بلکه انجام کارهای فاسد و شرکت در شادی های کاذب و ناپسند است.

خداوند متعال از شادی منافقان به خاطر تخلف از فرمان پیامبر اسلام به بدی یاد نموده و می فرماید: «تخلف جویان از (جنگ تبوک) از مخالفت با رسول خدا ص خوشحال شدند و کراحت داشتند که با اموال و جانهای خود در راه خدا جهاد کنند»^۲ گرایش به باطل در شادمانی نوعی کاستی اعتقادی و آسیب ایمانی است که شخص به دلیل عدم ایمان به خدا و سرای دیگر و نتایج اعمال، از باطل و پلیدی ها شاد می گردد. این کارها هر چند به طور حقیقی شادی آفرین نباشند ولی شخص به دلیل نظام فکری غلط، شادمانی خودساخته و دروغین پیدا می کند. امروزه نیز برخی برای رهایی از اندوه و درک لذت و کامیابی در زندگی به رقص و آواز و هیجان های خیالی روی می آورند حال آنکه این گونه شادی ها نمی توانند حال خوب و پایداری را ایجاد کنند. اعتیاد به برخی چیزها مثل مواد مخدر یا موسیقی و رقص، حالتی را برای انسان پیش می آورد که انسان مسائل اطرافش را فراموش می کند.^۳ چه بسیار انسان هایی که برای فرار از واقعیت های زندگی به این امور پناه می برند. اگر تفریح و شادی ما گریز از خودی به بی خودی باشد، آن را نمی توان شادی پایدار و واقعی دانست. این شادی ها موقت است و پس از پایان این حالت غافل کننده، چنین افرادی وقتی به خود آمده اند و آن غوغای رقص و آواز را تمام شده یافتند، باز خودشان را با همه ضعف ها و واقعیت های تلخ زندگی که به نحوی قصد فرار از آن را داشته اند، رو به رو دیده اند. چنانچه بی توجهی به اوامر الهی موجب شادی برخی افراد می شود و انسان به خود خواهی های خویش ادامه داده و بی توجه به دستورات الهی به شادی می پردازد خدا نیز برای او گشایش و رفاه فراهم می نماید^۴ سپس به یک باره وقتی مهلت تمام گشت خداوند او را به نتیجه اعمال خویش گرفتار می نماید.

قرآن کریم در مثال های گوناگونی از این گونه شادمانی برحذر داشته است. یکی از مصادیق شادی باطل گرایانه، تحقیر و تضعیف حق است که با روش های غیر اخلاقی انجام میشود. این شادمانی گاهی با تکذیب و تمسخر پیامبران صورت گرفته است.^۵ چنین کسانی مدام از رفتار غلط خویش شادمان بوده اند^۶ به گونه ای که از این تمسخر خویش شادمان به میان خانواده بازمی گشتند. فرعونیان در برخورد با دلایل منطقی و معجزات روشن حضرت موسی اقدام به خنده و تمسخر کردند. «چون آیات ما را بر آنها آورد، او را مسخره کردند و خندیدند»^۷ همه این موارد از نگاه غلط نشأت گرفته و در گرایشات و رفتار افراد بروز می کند.

بنابراین بسیاری از افراد به سبب پندار نادرست، از اعمال ناشایست و نا بجای خویش شادمان می شوند اینان باید به حقیقت اعمال و ناپاکی آن توجه کنند تا شادمانی خود را در زشتی ها نجویند. افراد خودخواه و فاسد، رفتارهای تمسخرآمیز نشان می دهند تا اینکه حرف باطل خود را به کرسی بنشانند و زیر بار حرف حق نروند همانا امروز (بدکاران بر اهل ایمان میخندند) و مسخره میکنند^۸. بدکاران، پیوسته به مؤمنان میخندند غافل از اینکه روزی میرسد که مؤمنان به آنها بخندند: پس امروز که روز جزای نیک و بد است (اهل ایمان به کفار میخندند)^۹ نتیجه این نوع خنده و شادی حسرت روز قیامت است که مورد خنده دیگران واقع ممی شوند.

۱. وَمَا أُوتِيتُمْ مِنْ شَيْءٍ فَمَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَزِينَتُهَا وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ وَأَبْقَى أَفَلَا تَعْقِلُونَ (قصص (۲۸): ۶۰)

۲. فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلَافَ رَسُولِ اللَّهِ وَكَرِهُوا أَنْ يُجَاهِدُوا بِأَمْوَالِهِمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ (توبه (۹): ۸۱)

۳. گلزاری، یثربی، صادقی، گلزاری، «دین خاستگاه شادی های پایدار»، فصلنامه کتاب زنان، شماره ۱۳، ۱۳۸۹

۴. فَلَمَّا نَسُوا مَا ذُكِّرُوا بِهِ فَتَحْنَا عَلَيْهِمْ أَبْوَابَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى إِذَا فَرِحُوا بِمَا أُوتُوا أَخَذْنَاهُمْ بَغْتَةً فَإِذَا هُمْ مُبْلِسُونَ (انعام (۶): ۴۴)

۵. ذَلِكُمْ بِمَا كُنتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنتُمْ تَمْرَحُونَ (غافر (۴۰): ۷۵)

۶. وَ إِذَا انْقَلَبُوا إِلَى أَهْلِهِمْ انْقَلَبُوا فَكِهِينَ (مطففين (۸۳): ۳۱)

۷. فَلَمَّا جَاءَهُمْ يَأْتِنَا إِذَا هُمْ مِنْهَا يَضْحَكُونَ (زخرف (۴۳): ۴۷)

۸. إِنَّ الَّذِينَ أَجْرَمُوا كَانُوا مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا يَضْحَكُونَ (مطففين (۸۳): ۲۹)

۹. قَالِیَوْمَ الَّذِينَ آمَنُوا مِنَ الْكُفَّارِ يَضْحَكُونَ (مطففين (۸۳): ۳۴)

در نهایت خداوند متعال یک قانون کلی ارائه می کند. خنده و شادی از باطل نتیجه اش اندوه و غصه است. نتیجه چنین شادی هایی گریه زیاد و خنده کم است چرا که دچار رنج و عذاب عمل خویش می گردند؛ آنها باید کمتر بخندند و بسیار بگریند، این جزای کارهایی است که انجام میدادند^۱ گرایش به انجام کارهای ناروا و باطل و شادمان شدن به بدکاری هر چند برای لحظاتی خوشایند است ولی در دراز مدت انسان را دچار مصیبت و رنج می نماید.

قرآن کریم تصویر حقیقی از اعمال انسان ارائه داده است. تصاویر زیبا، انسان های زیباشناس را شاد می سازند ولی اشخاص بیمار دل، این زیبایی را ندیده و مصادیق آن را خلط می نمایند. انسان ها به دلیل نگاه کوتاهی که دارند از انجام گناه و کارهای باطل اقدام به شادمانی می نمایند در حالی که حقیقت گناه و باطل، پوچ و ناپسند است و تأثیر منفی بر کمال نفسانی دارد ولی آدمی از دیدن آن ناتوان است. حق گرایی آن است که انسان تمام اعمال شادی آفرین خویش را در راستای کمال نهایی و سعادت و شادی ابدی خویش قرار داده و بداند که تمام رفتارهای او به صورت نفس الامری با سعادت او در رابطه اند و افعال ناشایست هر چند به ظاهر لذت بخش بوده و مطلوب هوای نفس انسان است ولی حقیقت آن جز زشتی و پلیدی نیست و خداوند آن را برای انسان نمی پسندد و گرمی ترین انسان ها برای خدا باتقوا ترین آنهاست که موجب جلب رضایت و رحمت الهی نیز می گردد. آیات الهی، یاد حق را در دل مؤمنان زنده نگه می دارد و این گونه بر ایمان و شرح صدر و سرور آن ها اثر زیادی دارد.^۲ قرآن کریم بر معارف و حقایق تازه مشتمل است و به برکت آن، نور بیشتری از ایمان در دل پیدا می شود. ایمان مؤمنان را زیاده تر می سازد، آن ها شرح صدر یافته، صورتشان از شادی و سرور افروخته می گردد.

^۱. «فَلْيَضْحَكُوا قَلِيلًا وَ لْيَبْكُوا كَثِيرًا جَزَاءً بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ» (توبه: ۹) ۸۲

^۲. وَ إِذَا مَا أَنْزَلْتُ سُورَةً فَمِنْهُمْ مَنْ يَقُولُ أَيْكُمُ زَادَتْهُ هَذِهِ إِيْمَانًا فَأَمَّا الَّذِينَ آمَنُوا فَرَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَ هُمْ يَسْتَبْشِرُونَ (توبه: ۹) ۱۲۴

نتیجه گیری

هدف پژوهش شناسایی معیار شادی ناسالم از منظر قرآن بود. این تحقیق با روش توصیفی تحلیل و بر اساس آیات قرآن به این پرسش پاسخ داد که معیارهای شادی ناسالم از منظر قرآن کدامند. تحقیقات پیشین شادی ناسالم و مذموم را از منظر دین بررسی کرده اند که ارائه معیار برای شادی ناسالم ضروری می نمود. بر اساس این پژوهش نگرش غیر الهی معیار کلی در شادی های ناسالم است که در سه موقعیت و مصداق خودنمایی می کند. نگرش غیر الهی ابتدا در اعتماد مطلق بر خود و نادیده گرفتن نقش خداوند در امور عالم بروز می نماید که نتیجه این خودمحوری در شادی به دنیا گرایی و بی توجهی به آخرت و سزای اعمال است. دنیا گرایی به دلیل جاودان پنداری و بزرگ پنداری دنیا رخ می دهد در حالیکه دنیا مسیری کوتاه برای رسیدن به آخرت و ابدیت است. غفلت از آخرت به باطل گرایی انسان می انجامد و شخص با سرپیچی نمودن از حق و حقیقت شادمان می گردد. در مقابل، خدا گرایی، آخرت گرایی و حق گرایی ویژگی نظام شادی سالم است.

منابع و مراجع

قرآن کریم ترجمه فولادوند

- [۱] پرهیزگار، هادی، شادی از دیدگاه قرآن و حدیث، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه قم، ۱۳۸۲
- [۲] زینی ملک آباد، هادی و همکاران، جایگاه شادی و نشاط در قرآن و روایات، نشریه فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۱۳۹۰
- [۳] طباطبایی، محمدحسین، تفسیر المیزان، ترجمه موسوی همدانی، اسلامی قم، چاپ: پنجم، ۱۳۷۴.
- [۴] طباطبایی، محمدحسین، تفسیر المیزان، قم، اسلامی، چاپ: پنجم، ۱۳۷۴.
- [۵] طوسی، محمد بن الحسن، مصباح المتهجد و سلاح المتعبد، مؤسسه فقه الشیعه، بیروت، ۱۴۱۱ ق
- [۶] علیانسیب و همکاران، آسیب های اخلاقی شادی از منظر آیات و روایات، کنفرانس مطالعات فرهنگی اجتماعی و پژوهش های قرآنی و حدیثی، تهران، ۱۳۹۶
- [۷] علیانسیب و همکاران، اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات، فصلنامه علمی پژوهشی اخلاق زیستی، تهران، ۱۳۹۵
- [۸] علیانسیب و همکاران، هنجارهای اجتماعی اخلاق شادی اسلام، ششمین کنفرانس علوم انسانی، روانشناسی و علوم اجتماعی، کوالالامپور، مالزی، ۱۳۹۶
- [۹] فعالی، محمد تقی، «نقد دینی فلسفی بر مولفه شادی در معنویت های نوظهور» پژوهشنامه فلسفه دین، ۱۳۸۹، شماره ۱۶
- [۱۰] فعالی، محمد تقی، آرامش، تهران، دارالصادقین، ۱۳۹۱
- [۱۱] فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی، راه روشن ترجمه کتاب المحجه البیضاء فی تهذیب الاحیاء، ۸ جلد، آستان قدس، مشهد مقدس، چاپ: اول، ۱۳۷۲.
- [۱۲] کیانی نژاد، غلامرضا، عوامل شادی از منظر اخلاق اسلامی، رساله کارشناسی ارشد دانشگاه معارف قم ۱۳۹۲
- [۱۳] گلزاری محمود، یثربی سید یحیی، صادقی محمود، گلزاری محمود، یثربی سید یحیی، صادقی محمود، دین خاستگاه شادی های پایدار، فصلنامه کتاب زنان، شماره ۱۳، ۱۳۸۹
- [۱۴] مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی، بحار الأنوار، ترجمه موسوی همدانی - تهران، چاپ: اول، ۱۳۶۴ ش.
- [۱۵] مردانی نوکنده، محمد حسین، «چیستی و ماهیت شادی در قرآن و روایات و راهکارهایی برای شاد زیستن» مجله جبل المتین، زمستان ۱۳۹۱، شماره اول
- [۱۶] مسکویه، ابوعلی، کیمیای سعادت، (ترجمه طهارة الاعراق) ترجمه ابوطالب زنجانی، نقطه، تهران، ۱۳۷۵
- [۱۷] مصباح یزدی، محمد تقی، اخلاق در قرآن، نگارش محمد حسین اسکندری، قم، موسسه امام خمینی (ره) ۱۳۹۱
- [۱۸] مغنیه، محمد جواد، تفسیر کاشف، بیروت، ۲۰۱۲م
- [۱۹] نراقی، محمد مهدی، گزیده جامع السعادات، تحقیق: مجتبی، جلال الدین، تهران، حکمت ۱۳۹۰
- [۲۰] نراقی، محمد مهدی، جامع السعادات، مطبعه الزهراء، نجف، ۱۳۶۸