

## سازوکار نگرش الهی در تحقق شادی و سلامت معنوی از دیدگاه قرآن با تأکید بر آیه فضل و رحمت الهی (یونس/۵۸)

سیدضیاءالدین علیان‌سب \*

دانشیار، گروه قرآن و حدیث، دانشگاه حضرت معصومه علیها السلام، قم، ایران

سیدمرتضی علیان‌سب \*\*

دانشجوی دکتری، اخلاق اسلامی، دانشگاه تهران، ایران

سیدمجید نبوی \*\*\*

دانشجوی دکتری، قرآن و حدیث، دانشگاه اراک، اراک، ایران  
(تاریخ دریافت: ۹۹/۹/۱؛ تاریخ پذیرش: ۹۹/۱۱/۲۶)

### چکیده

یکی از نیازهای بشر، شادی و سلامت معنوی است. شادی و سلامت معنوی متکی به کیفیت شناخت، گرایش و رفتار و به نوع نگرش فرد بستگی دارد. شادی و سلامت معنوی از عوامل مختلف؛ از جمله نگرش انسان به عالم هستی، اثر می‌پذیرد. هدف اصلی این مقاله؛ بررسی سازوکار تأثیر نگرش الهی بر تحقق شادی و سلامت معنوی از منظر آیات و روایات است. روش تحقیق در این نگارش توصیفی - تحلیلی بوده و روش گردآوری اطلاعات کتابخانه‌ای می‌باشد. یافته‌های تحقیق نشان داد؛ از نظر قرآن کریم، نگرش الهی عامل مهم سلامت روانی و شادی انسان بوده که با رضایت از گذشته و ایجاد اطمینان به آینده، شادی حال را رقم می‌زند.

بررسی‌ها نشان داد که آدمیان یا اندوه گذشته را می‌خورند یا نگران آینده‌ای نیامده هستند. از این رو در الگوی شادی معنوی، مومنان آینده و گذشته‌ی خویش را تحت اراده و تدبیر خدای می‌بینند و هیچ اندوهی از گذشته و ترسی از آینده ندارند «أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَأَخْوَفُ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ»؛ «إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا» و به آنچه خدا اراده نموده آرام و خشنودند. آخرین کتاب آسمانی، شادی عمیق انسان را به فضل عام الهی بر همه‌ی انسان‌ها و رحمت خاص الهی بر مومنان منحصر و وابسته نموده «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ». است. به این ترتیب تمام ابعاد شخصیت یک مؤمن و حالات و هیجانات او از جمله شادی، تحت عملکرد ایمان قرار گرفته و آرامشی الهی و شادی معنوی و الهی نصیب وی می‌گردد.

کلیدواژه‌ها: نگرش الهی، سلامت معنوی، شادی معنوی، ایمان.

\* z.olyanasab@hmu.ac.ir

\*\* smolyanasab@ut.ac.ir

\*\*\* majidnabavi1366@gmail.com نویسنده مسئول

## ۱. مقدمه

بحث شادی و سلامت معنوی نیاز همیشگی انسان‌ها است. دین اسلام به لحاظ جامعیتش، پاسخ‌گوی نیازهای انسان در سبک زندگی توحیدی است. آموزه‌های اسلامی به حوزه سلامت روح، اصالت قائل است و تأمین سلامت روح بدون بهره‌ی وحیانی، در توان تجربه بشری نیست. شادی و سلامت معنوی بسته به جهان‌بینی و نوع نگرش انسان است. شادی سالم در بستر سلامت معنوی رشد می‌کند و از عوامل مختلف از جمله نگرش انسان به عالم اثر می‌پذیرد.

انسان‌ها در نوع نگرش به دو طیف کلی مادی‌نگر و انسان‌های دارای بینش الهی تقسیم می‌شوند. نوع نگرش به صورت مستقیم بر روح آدمی و حالات آن اثر می‌گذارد. یکی از حالت‌های روحانی، غم و شادی است که با نگرش الهی در تعامل است. این تحقیق در صدد است؛ سازوکار اثربخشی نگرش الهی بر شادی و سلامت معنوی از منظر آیات و روایات بررسی کند. و مشخص کند که نگرش الهی چه اثری بر شادی و سلامت معنوی دارد.

بی‌تردید در روزگار پیشرفته‌ای که آزمایشگاه، انسان را در بوتۀ تجربه قرار داده و نسخه‌ی عافیت‌بخش او را ارائه می‌دهد، هنوز گونه‌ای از دردها و آلام وجود دارند و در جان آدمیان رخنه کرده‌اند؛ حال آنکه این بیماری‌ها با ویژگی فرامادی، مربوط به بُعد روحانی آدمی هستند. غفلت از الزامات این بُعد انسان و اکتفا به نیازهای ظاهری او، موجب می‌شود؛ سلامت همه‌جانبه، تأمین نشده و در ارائه راه‌کارهای جامع برای سلامت ناکام ماند.

از دیگر سوی، تنها خدای متعال و خالق روح آدمی، به بیماری و صحت و غم و شادی آن آشناست. از این رو تبیین روند اثربخشی نگرش الهی در سلامت روح و به دنبال آن پیدایش شادی سالم، کمک شایانی به متولیان سلامت جسم، روان و روح انسان‌ها خواهد داشت تا بتوانند متغیرهای این سلامت را از منظر وحیانی بشناسند و به کار

گیرند؛ به طور کلی اولین ریشه‌های این اندیشه در آیات نازل بر پیامبر اکرم ﷺ و سپس در آموزه‌های اخلاقی عرفانی معصومان ﷺ مطرح شده‌است.

مطالعات انجام گرفته در این زمینه، از دو سنخ کلی خارج نیستند. یک دسته مطالعات که به طور عام در حوزه سلامت روان قرار دارد و عنصر نگرش را نیز بررسی نموده‌است. از جمله سالاری فر و همکاران (۱۳۹۸) ذیل عنوان اعتقادات و بهداشت روان، در فصل چهارم کتاب «بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی» نگرش جامع انسان به عالم را بستری برای حرکت به سوی سلامت معنوی تلقی نموده و ایمان را عامل سلامت در بُعد شناختی، عاطفی و رفتاری انسان دانسته‌است.

عباسی و همکاران (۱۳۹۱) تعریفی مفهومی از سلامت معنوی ارائه نموده و معتقدند؛ سلامت معنوی چند بعدی بوده و با مفاهیم تعالی معنوی، باورهای معنوی، تجربه‌ی معنوی، آگاهی معنوی و دینداری، هم پوشانی دارد. سلامت معنوی به کیفیت شناخت، گرایش و کنش شخص بستگی دارد.

علیانسیب و همکاران (۱۳۹۶) عوامل معنوی طول عمر را در قرآن جستجو نموده‌اند. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد ایمان یکی از پنج عامل موثر بر طول عمر انسان است. فیروزی و همکاران (۱۳۹۲) مفهوم سلامت را از دیدگاه قرآن و حدیث مطالعه نموده و معتقدند؛ سلامت معنوی بالاترین مرتبه سلامت روانی است که حتی تعریف این مفهوم خارج از تجربه بشری بوده و تنها مطابق آموزه‌های وحیانی، قابل فهم و اکتساب است. جیمز (۱۳۶۷، ۲۸) در کتاب دین و روان، نقش باورهای مذهبی در بهداشت روان را بررسی نموده و معتقد است؛ احساس لذت مدام و مطلق، هیچ‌جا جز در مذهب یافت نمی‌شود.

سنخ دوم از پژوهش‌ها به طور مستقل به مقوله شادی، عوامل و آثار آن پرداخته‌اند و در میان فلاسفه و عارفان مسلمان نیز این موضوع به عنوان یکی از حالات نفس بررسی شده‌است. ابن سینا در نمط هشتم اشارات تحت عنوان بهجت و سعادت، شادی و لذت-

های عمیق روحانی را به درک کمال مطلق منحصر نموده است (ابن سینا، ۱۳۸۴). در میان پژوهش‌های معاصر، محمدتقی فعالی در نقد فلسفی بر شادی از دیدگاه دالایی لاما، شادی‌های مثبت از نگاه دینی را بیان داشته و بالاترین شادی را در سلوک عرفانی و معنوی می‌داند (فعالی، ۱۳۹۱).

کیانی نژاد، در رساله‌ی کارشناسی ارشد، عوامل نشاط و شادمانی را از منظر اخلاق اسلامی تحقیق کرده و بر اصل نگرش توحیدی در شادی تأکید نموده است (۱۳۹۲). الگوی شادکامی در اسلام بر شیوه‌ی اصلاح باور تکیه نموده و پژوهش را بر این فرض استوار نموده است که با نگرش‌های الهی، شادکامی واقعی در زندگی انسان‌ها به دست می‌آید (قلی پور، ۱۳۸۶).

می‌توان گفت مطالعات سنخ اول به صورت عام، نقش نگرش در سلامت روان را مطرح نموده و به شادی تأکیدی ندارند. مطالعات سنخ دوم نیز در حوزه شادی‌های مورد تأیید دین، بر پاره‌ای از شرایط سلامت شادی و عوامل آن پرداخته‌اند، اما با وجود اینکه نگرش الهی در شادی از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است، تأکید عمده‌ای بر تحلیل این رابطه نداشته‌اند.

در این میان تنها پژوهش علیان‌سب و همکاران (۱۳۹۵) با تأکید بر رابطه نگرش الهی با شادی سالم، اصول اخلاقی شادی را از دیدگاه قرآن و روایات بررسی نموده است. این اصول به عنوان معیار سلامت شادی به تنظیم رابطه انسان با خدا در مسأله شادی پرداخته است. در مقاله مذکور، نگرش الهی، معیار کلی سلامت شادی تلقی شده است، لکن بر اساس فرضیه پژوهش حاضر، نگرش الهی، عامل مؤثر در پیدایش شادی نیز هست.

برای تبیین تأثیر نگرش الهی بر شادی و سلامت معنوی، سنخ سوم از مطالعات ضروری است تا به این نکته توجه یابد که نگرش الهی، چه تأثیری بر سلامت معنوی و شادی سالم دارد؟

پژوهش‌های انجام شده هیچ کدام به تأثیر نگرش الهی بر شادی و سلامت معنوی

نپرداخته است و تحقیق پیش رو اولین تحقیق در این حوزه می باشد. نگارندگان، جامع نگرش دین، در ارائه شادی از طریق ایجاد سلامت معنوی را مد نظر داشته و نقش نگرش الهی را در تحقق شادی سالم به عنوان جزء مهم بهداشت روان بررسی نموده اند.

از نگاه نگارندگان، مفهوم ابداعی «شادی معنوی» در این پژوهش قابل تفکیک از سلامت معنوی نبوده؛ بلکه بدون آن غیر قابل تحقق می نماید. با این حال تأثیر نگرش الهی بر شادی معنوی به عنوان سالم ترین نوع شادی تاکنون به صورت مستقل مورد تحقیق قرار نگرفته است.

## ۲. مفاهیم کلیدی

در این بخش واژگانی چون: نگرش الهی، سلامت، سلامت معنوی، شادی، شادی سالم معرفی شده و سپس به ادامه بحث پرداخته می شود.

### ۲-۱. نگرش الهی

نگرش در لغت به معنای نگرستن، بینش و نظر است (ر.ک؛ معین، ۱۳۸۱، ذیل واژه نگرش). به دقت نظر کردن، توجه کردن و نظارت کردن، در معنای نگرش کردن آمده است (ر.ک؛ پسندیده، ۱۳۹۲، ۱۲۳) معادل واژه Attitude در فارسی، نگرش، ترجمه شده است (ر.ک؛ فعالی، ۱۳۸۹: ۱۳۶).

در اصطلاح، نگرش مجموعه ای از اعتقادات، عواطف و نیت رفتاری نسبت به یک شیء، شخص یا واقعه است. به عبارتی تمایل نسبتاً پایدار به شخصی، چیزی یا رویدادی است که در احساس و رفتار نمایان می شود (ر.ک؛ آذربایجانی، ۱۳۸۲، ص ۱۰۸) نگرش در زمینه سازی و شکل دهی به رفتارها، ایجاد انگیزش ها، ارضای نیازها و جهت دهی به گرایش ها تأثیری جدی دارد (فعالی، همان، ۱۳۷).

بنابراین نگرش الهی صرف یک باور درونی و بی‌اثر نیست، بلکه نگرش الهی، حالت، احساس و رفتارهای متناسب خود را به همراه دارد. منظور ما از نگرش الهی در این پژوهش، مجموعه باورها و اعتقادات موثر در رفتار است که مؤمن به مجموعه‌ی نظام هستی دارد و از توحید و آموزه‌های وحیانی نشأت می‌گیرد و تمام مصادیق و ساحت‌ها همچون نگرش شخص به خود، دیگران، زندگی، شادی، دین، خدا، مبدأ و معاد انسان را شامل می‌شود.

## ۲-۲. سلامت

واژه سلامت به معنای اعم آن، دوری از هر آفتی است (ر.ک؛ راغب اصفهانی، ۱۳۹۲، ۴۲۱). سلم و سلامت دوری از آفات ظاهری و باطنی است چنانچه در آیه ﴿إِذْ جَاءَ رَبُّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ﴾ به معنای دوری از فساد درونی و قلبی است (ر.ک؛ ابن منظور، ۱۴۱۶ ق، ۲۸۹). اعتدال و نظم و دوری از نقص و عیب و درد و آفت به جهت هماهنگی اجزای یک چیز، از مصادیق سلامت است (ر.ک؛ مصطفوی، ۱۳۶۰، ج ۵، ۱۸۹) موافقت بین اجزای موضوع سلامت، اعتدال، نظم، تسلیم، صحت، عاری بودن از عیب، از نشانه‌های سلامت است (ر.ک؛ فیروزی، رضا، ۱۳۹۲) «عملکرد بدون نقص و عیب و هماهنگی و بدون تضاد همه اجزا و اعضا و ابعاد وجود انسان با یکدیگر؛ به گونه‌ای که خوشبختی دنیا و آخرت انسان را طبق غایت مورد نظر قرآن تأمین نماید» (کیانی نژاد، ۱۳۹۲) از این رو می‌توان گفت سلامت در مفهوم دینی آن با نگرش الهی، غایت محور، جامع نگر و شامل ابعاد گسترده سلامت است که سلامت معنوی جایگاه ویژه‌ای در آن دارد.

## ۲-۳. سلامت معنوی

سالاری‌فر و همکاران (۱۳۹۸، ۱۸) معتقدند؛ ابعاد و مؤلفه‌های روانی در تعاریف سلامت روانی به بعد جسمی، روانی و اجتماعی خلاصه شده و از مهم‌ترین بعد وجودی

انسان؛ یعنی معنویت، غفلت شده است. سلامت معنوی، برخورداری از حس پذیرش، احساسات مثبت و اخلاق است که به کیفیت درک و نگرش انسان از عالم هستی، قدرت برتر و حاکم قدسی بستگی دارد (ر.ک؛ عباسی، محمود، ۱۳۹۱، ۷-۲۳) فیروزی و همکاران (۱۳۹۲، ۸-۲۲) در مجله اخلاق پزشکی به بررسی این مفهوم از دیدگاه قرآن و روایت پرداخته و به این نتیجه دست یافته اند که استفاده از آموزه های دینی، لازمه فهم درست معنای سلامت معنوی است و بدون تعلق به وحی، این عنوان حتی قابل درک مفهومی نیز نخواهد بود. سلامت معنوی، بالاترین مرتبه سلامت است که در سطوح متعالی انسان در ارتباط با خدا، خود، دیگران و هستی شکل می گیرد (ر.ک؛ فیروزی، ۱۳۹۲، ۸-۲۲) از این منظر نتیجه مثبت شاخص های سلامت در این چهار حوزه، وصول به سعادت دنیا و آخرت خواهد بود.

سالاری فر در تعریف جامعی از سلامت روان که شامل سلامت معنوی نیز می شود؛ گفته است «سلامت آن ظرفیت عظیم آدمی است که با شکوفایی فطرت توحیدی از طریق برقراری روابط مستحکم با خدا، ایجاد نظام ارزشی شخصی قدرتمند، داشتن هدف متعالی در زندگی، روابط سالم و سازنده با خود و دیگران و حس عمیق عرفانی به طبیعت و نظام هستی به دست می آید» (سالاری فر، همان، ۱۰) این تعریف برگرفته از مبانی اسلامی و بر فطرت توحیدی و روابط معنوی انسان با خدا تأکید نموده و با حیات طبیعی قرآنی قرابت معنا دارد.

شمول مفهوم بهداشت روان بر سلامت معنوی در این مقال بر اساس این تعریف جامع است. بهداشت روانی مورد نظر اسلام، توأم با ایمان به خدا و باور به معاد است و اگر آرامش روانی با انکار این حقایق و یا غفلت از آن پدید آید کاذب بوده و سلامت و امنیت حقیقی را ایجاد نمی کند. در مجموع می توان گفت؛ سلامت معنوی وضعیتی هدفمند و معنادار از حیات انسانی است که حاصل ایمان و اعتقاد و ارتباط فرد به قدرت و کمال بی انتهای الهی و زندگی ابدی پس از مرگ است.

## ۲-۴. شادی

سرور، خشنودی، خوشحالی، شادمانی، در مفهوم شادی مطرح شده است (ر.ک؛ معین، ۱۳۸۱: ذیل واژه). شادی در مقابل غم و اندوه قرار دارد (ر.ک؛ ابن منظور، ۱۴۱۶ ق: ۸۳۵) شادی، لذت‌های بدون درد است (ر.ک؛ آیزنک، مایکل، ۱۳۷۵: ۴۲) شادی احساس رضایت‌مندی و پیروزی است که فرد حس می‌کند (ر.ک؛ دهخدا، علی اکبر، ۱۳۷۳: ۳۶۷) در زبان عربی واژگان مترادف شادی، بیشتر برای بیان حالات و کیفیات مختلف شادی به کار می‌روند. «فرح» پرکاربردترین واژه قرآنی به کار رفته در معنای شادی است. فرح، مخالف حزن است و با یافتن خواسته قلبی حاصل می‌شود (ر.ک؛ صعیدی، عبدالفتاح، ۱۴۰۴ق، ج ۱: ۶۳۵) «فکه» به معنای فرط شادی با غرور است ﴿وَإِذَا أَنْقَلَبُوا إِلَىٰ أَهْلِهِمْ أَنقَلَبُوا فَكِهِينَ﴾ (مطففین / ۳۱) (... و هنگامی که نزد خانواده‌های خود بازمی‌گشتند، به شوخ‌طبعی می‌پرداختند) سرور و جبور در شادی ممدوح، فرح هم در شادی ممدوح و هم در شادی مذموم که موجب تکبر است، بکار می‌رود (ر.ک؛ قرشی، ۱۴۱۲ق: ج ۵، ۱۵۸) فرح، تمام مراتب شادی مادی و معنوی را شامل می‌شود.

## ۲-۵. شادی سالم

نگاه ارزش‌داورانه 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 می‌کند (ر.ک؛ علیانسیب، ۱۳۹۵، ۸۱-۹۸) از نظر قرآن، شادی‌ها بر دو دسته‌اند؛ دسته اول شادی مثبت، خوب و سالم؛ دسته دوم شادی‌های منفی، بد و ناسالم هستند. شادی سالم، مثبت، سازنده، با ارزش، نورانی و سفید، انبساط‌خاطری است که در راه رضایت خدا و دوری از دل‌بستگی دنیا باشد (ر.ک؛ گلزاری، محمود، ۱۳۸۱، شماره ۵) شادی پاک، شادی عمیق، شادی مستمر، ویژگی‌های آرامش و شادی سالم از منظر قرآن است (ر.ک؛ فعالی، محمدتقی، ۱۳۹۱، ۶۷) که نتیجه‌ی نگرش الهی است. شادی سالم از منظر قرآن همراه با امنیت و



آرامش است.

مراد از شادی معنوی، شادی‌ای است که از جانب خدا و مورد رضایت او باشد و به منافع دیگر انسان‌ها لطمه نمی‌زند و موجبات آزار و اذیت دیگر انسان‌ها را ایجاد نمی‌کند. همان‌گونه که خداوند فرموده: ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (یونس/۵۶) در مقابل این نوع شادی، شادی‌هایی که از جانب خدا و مورد رضایت او نیست و غالباً جنبه دنیایی دارد؛ وجود دارد. برای مثال قرآن، شادی قارونی را (که شادی دنیایی بوده و از جانب خدا و مورد رضایت او نیست) شادی معنوی ندانسته و می‌فرماید: ﴿إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِنْ قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَآتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءُ بِالْعُصْبَةِ أُولَى الْقُوَّةِ إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ﴾ (قصص/۷۶) مراتب بالای نگرش الهی، حالتی از معنویت پدید می‌آورد که مومن نسبت به گذشته رضایت خاطر و نسبت به آینده اطمینان جدی داشته و در همان حال «شادی معنوی» دارد «شادی معنوی» سالم‌ترین سطح شادی است که در بستر سلامت معنوی مومنان رشد می‌کند و توأم با یک جهت‌گیری الهی در زندگی و از سنخ شادی ابدی و اخروی انسان است.

### ۳. شادی در بستر سلامت معنوی

نگرش الهی، شناخت، گرایش و رفتار الهی و در نتیجه شادی الهی در بستر حیات طیبه و سلامت معنوی را به دنبال می‌آورد. سلامت معنوی افراد به کیفیت شناخت، کنش و عواطف‌شان بستگی دارد و شناخت معنوی، عواطف، کنش و ثمرات معنوی، مؤلفه‌های اصلی سلامت معنوی‌اند (ر.ک؛ عباسی، ۱۳۹۱: ۱۱-۴۴) نگرش الهی و ایمان از طریق تأثیر در سه بعد بینشی، گرایشی و رفتاری انسان، آثار خود را از فکر و دل بر رفتار و حالات و هیجانات از جمله شادی ظاهر می‌کند (ر.ک؛ سالاری فر، همان، ۱۵۶) شادی دارای اجزای شناختی، عاطفی و رفتاری است که هر سه بعد تحت تأثیر نگرش فرد عمل

می‌کنند و شادی سالم پدید می‌آید.

این سلامت و شادی، مختص سبک زندگی توحیدی و رویکرد الهی و دینی در حیات انسان خدا باور و مومن است. از نظر نگارندگان؛ برآیند سلامت معنوی، شادی و آرامش است. از این رو اگر نگرش و ایمان به خالق، سلامت معنوی انسان را تأمین کند شادی سالم نیز در همین بستر بدست می‌آید، ولی چنانچه شادی توأم با سلامت معنوی نباشد از سلامت و نورانیت لازم برخوردار نخواهد بود. امام صادق ع فرمود: «خدا به عدل و حکمت و علم خود، آرامش و راحت و شادی را در یقین و خشنودی از خدای تعالی قرار داد و غم و اندوه را همراه شک و ناخشنودی ساخت» (ر.ک؛ ابن همام اسکافی، ۱۴۰۴ق: ۵۰) یقین و خشنودی از خدا به عنوان ابعاد شناختی و عاطفی نگرش الهی مهم-ترین عامل مؤثر بر شادی سالم معرفی شده‌است.

شادی معنوی به عنوان جزء مهم سلامت معنوی در پیوندی عمیق با نگرش الهی است. درجات این شادی و لذت نیز به مرتبه‌ی ایمان بستگی دارد؛ هر چه ایمان قوی‌تر، عمیق‌تر و راسخ‌تر باشد درجات شادی و لذت نیز افزون می‌شود و مومن به نهایت شادی دست می‌یابد. علی ع می‌فرماید: «ایمان، انسان را به نهایت خوشبختی و شادی می‌رساند» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق: ح ۴۳۲۳) در حقیقت هر چه این بینش الهی عمیق‌تر باشد، موجب می‌شود عوامل شادی مومن به امور باارزش و فوق‌مادی سوق یابد. از این رو عوامل شادی و کیفیت و آثار آن که تعیین‌کننده‌ی میزان ارزش و سلامت شادی نیز هستند، بر اساس نگرش آدمیان در هر شخصی متغیر است. شادی معنوی به لحاظ عمق و گستره، از سطوح با کیفیت شادی است که به سطح نگرش و مرتبه ایمان مومن بستگی دارد.

#### ۴. شادی معنوی از دیدگاه قرآن و راه‌های رسیدن به آن

قرآن کریم از شادی‌های معنوی در دنیا و جهان آخرت سخن گفته است. با اندک

توجهی به رابطه شادی این جهانی و شادی وصف شده برای اهل بهشت در آیات، روشن می‌گردد که شادی معنوی در گرو نگرش الهی است و گستره‌اش تا جهان دیگر و در بهشت ادامه می‌یابد. قرآن کریم در آیات متعددی از شادمانی بهشتیان سخن گفته‌است که نتیجه‌ی اعمال اختیاری و تداوم شادی آنان در این دنیا است. «در آن روز، چهره‌هایی شادابند که از کوشش خود خشنودند» ﴿وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ نَاعِمَةٌ لِّسَعِيهَا رَاضِيَةٌ﴾ (غاشیه / ۸ و ۹) از این رو، بهشتیان به سبب اعمال صالح‌شان، غرق شادی و نشاط واقعی‌اند. آیه ۹ سوره انشقاق بهشتیان را شاد معرفی می‌کند «و شادمان به سوی کسانش باز می‌گردد.» ﴿وَيَنْقَلِبُ إِلَىٰ أَهْلِهِ مَسْرُورًا﴾ (انشقاق / ۹) در جای دیگر می‌فرماید: «پس خدا [هم] آنان را از آسیب آن روز نگاه داشت و شادابی و شادمانی به آنان ارزانی داشت» ﴿وَقَاهُمْ اللَّهُ شَرَّ ذَٰلِكَ الْيَوْمِ وَلَقَّاهُمْ نَضْرَةً وَسُرُورًا﴾ (انسان / ۱۱) به بهشتیان گفته می‌شود؛ هیچ ترس و اندوهی بر شما نیست و «شما با همسران‌تان شادمانه داخل بهشت شوید.» ﴿ادْخُلُوا الْجَنَّةَ أَنْتُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ تُحْبَرُونَ﴾ (زخرف / ۷۰) شادی آنان به حدی است که «از چهره‌هایشان طراوت نعمت [بهشت] را درمی‌یابی.» ﴿تَعْرِفُ فِي وُجُوهِهِمْ نَضْرَةَ النَّعِيمِ﴾ (مطففین / ۲۴) «در آن روز چهره‌هایی درخشانند، خندان [و] شادانند.» ﴿وَجُوهٌ يَوْمَئِذٍ مُّسْفِرَةٌ. ضَاحِكَةٌ مُّسْتَبْشِرَةٌ﴾ (عبس / ۳۸ و ۳۹) شادی بهشتیان شادی حقیقی و ابدی و سطح‌نهایی شادی معنوی است که شادی‌های مومنان در این دنیا، اگر در راستای این شادی و از این جنس باشد در آخرت نیز تداوم خواهد یافت. در قرآن کریم برای رسیدن به شادی معنوی مواردی گفته شده که در ادامه به آن‌ها اشاره می‌شود.

#### ۴-۱. اطمینان به تقدیرات الهی و نداشتن ترس و اندوه

یکی از راه‌های رسیدن به شادی معنوی اطمینان به تقدیرات الهی و نداشتن ترس و اندوه است. آموزه‌های دینی اسلام در صدد تربیت مومنانی با نهایت رضایت از تقدیرات گذشته (راضیهٌ بِقَضَائِكَ؛ خوشنود به قضایت) و اطمینان به آینده «اللَّهُمَّ فَاجْعَلْ نَفْسِي

مُطْمَئِنَّةٌ بِقَدَرِكَ؛ خدایا قرار ده نفس مرا آرام به تقدیرت» هست (ر.ک؛ ابن طاووس، (بی تا): ۴۳) که نتیجه اش شادی در آن حال هست؛ چرا که آدمیان یا اندوه گذشته را می-خوردند و یا نگران آینده ای نیامده هستند.

در الگوی اسلامی شادی، مؤمن که گذشته و آینده خویش را تحت اراده و تدبیر خدای می بیند هیچ اندوهی از گذشته و ترسی از آینده و ندارد ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (یونس/۶۲) و به آنچه خدا اراده نموده خشنود و آرام است. این حالت، نتیجه ایمان واقعی به خداست. کمال و سعادت انسان نیز در گرو رضایت الهی است و رضایت خدا از بنده دو سویه و در تلازم با رضایت و خشنودی بنده از خداست «در دل اینهاست که [خدا] ایمان را نوشته و آنها را با روحی از جانب خود تأیید کرده است و آنان را به بهشت هایی که از زیر [درختان] آن جوی هایی روان است درمی آورد، همیشه در آنجا ماندگارند، خدا از ایشان خشنود و آنها از او خشنودند، اینانند حزب خدا، آری حزب خداست که رستگارانند» فلاح و رستگاری بالاترین درجه کمال یک بنده است که در اثر ایمان مستحکم قلبی به خدا و خشنودی از او بدست می آید. این خشنودی سراسر زندگی مومن را از مبدأ تا معاد و تمام مقاطع تلخ و شیرین زندگی او را در بر گرفته است، به طوری که در شرایط ناخوشایند نیز خشنودی باطنی از اراده و فعل خدا وجود دارد و هر چه را که از خدای رحمان صادر شده، خیر و نیک تلقی می کند. مؤمن دوست دار خدا به آنچه از محبوب صادر شود رضایت قلبی دارد. ناخشنودی و اعتراض به خدا از جانب کسی که او را به ربوبیت و حکمت و خود را به بندگی شناخته، اوج نادانی است.

وقتی ترس و اندوه در انسان نیست، وجود مومن سرشار از آرامش ناشی از یاد خداست «همان کسانی که ایمان آورده اند و دل هایشان به یاد خدا آرام می گیرد. آگاه باش که با یاد خدا دل ها آرامش می یابد.» ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾ (رعد/۲۸) بالاترین مرتبه این حال آرام مومن، که در شخصیت او

ثبات یافته‌است، در تعبیر قرآنی «نفس مطمئنه» نام دارد. این روح آرام یافته از خدا خشنود است و خدا نیز از او خشنود است، او در زمره بندگان خاص الهی بوده و بهشت از آن اوست. ﴿يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ. إِرْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكَ رَاضِيَةً مَّرْضِيَةً﴾ (فجر / ۲۷ و ۲۸) «ای نفس مطمئنه. خشنود و خدا پسند به سوی پروردگارت بازگرد». صاحب حال خشنود و مقام رضا، همواره در آرامش، راحت، سرور و بهجت است؛ زیرا همه چیز را به چشم رضا و خشنودی می‌نگرد او «سروری بدون غم، فرحی دور از حسرت و یقینی خالی از شک خواهد داشت» (نراقی، ۱۳۹۰: ۴۰۴) ویژگی این حالت، ثبات و دوام رضایت در تمام شرایط و دوران‌های زندگی است. به تعبیر دانشمندان اخلاق در این وضعیت مومن به مقام بهجت و رضا دست یافته و از عالم ناراستی و غم و اندوهش آزاد می‌گردد (ر.ک؛ نراقی، همان: ۴۰۸).

#### ۴-۲. ایمان و عمل صالح

یکی دیگر از راه‌های رسیدن به شادی معنوی ایمان و عمل صالح است هرچند ممکن است این بحث مقدار کمی با بحث اطمینان به تقدیرات الهی همپوشانی داشته باشد اما به دلیل اهمیت آن و گستر آن ضرورت دارد که جداگانه بحث شود. قرآن، خشنودی و شادی را نتیجه ایمان و عمل صالح که ویژگی برترین انسان‌ها می‌باشد؛ معرفی کرده‌است «در حقیقت کسانی که گرویده و کارهای شایسته کرده‌اند آنانند که بهترین آفریدگانند، پاداش آنان نزد پروردگارشان باغ‌های همیشگی است که از زیر [درختان] آن نهرها روان است جاودانه، در آن می‌مانند، خدا از آنان خشنود است و [آنان نیز] از او خشنود» ﴿إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ أُولَٰئِكَ هُمْ خَيْرُ الْبَرِيَّةِ جَزَاؤُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ جَنَّاتٌ عَدْنٍ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمْ وَرَضُوا عَنْهُ﴾ (بینه / ۷ و ۸) این رضایت دو جانبه عبد و معبود در تمام آیات مشابه، با هیأت فعل ماضی بیان شده تا محقق الوقوع (انجام گرفته) بودن آن عمل را بیان دارد؛ به این معنا که این رضایت در همین جهان به

وجود آمده و در بهشت نیز ادامه خواهد داشت. شادی سالم نقطه اوج سلامت معنوی و نتیجه عملکرد الهی انسان در حوزه نظر و عمل است. چنانچه در نقطه مقابل این نوع بهجت، شادی با نگرش غیر الهی قرار دارد که آرامش زداست.

به طور قطع می توان ادعا کرد که ژرفای وجود آدمی و لایه های عمیق روح، فقط با یاد خدا شاد می شود و پیشرفت های صنعتی بشر و تأمین نیازهای مادی و رفاهی او بدون یاد خدا و ایمان عمل صالح نمی تواند آرامشی در پی داشته باشد (ر.ک؛ فعالی، ۱۳۸۹، شماره ۱۶).

#### ۳-۴. فنا در خدا

ایمان مراتبی دارد بالاترین آن رفع فاصله ها میان بنده و خدا و کسب رضایت الهی در تمام شئون زندگی است. که می توان از آن فنا در خدا تعبیر کرد. زدودن فاصله های مادی و نفسانی میان بنده و خدا، همان اتصال با کمال مطلق است. شادمانی اتصال با او به لحاظ کیفی، عمیق و از جهت کمی، پایدار بوده و از هر شادی فناپذیر و زودگذر دنیوی، دلپذیرتر است.

با طلوع نور محبوب حقیقی در قلب انسان، لذت باطنی، وجود او را می گیرد و انس با محبوب، وحشت را از دل می برد (ر.ک؛ فعالی، ۱۳۸۹، شماره ۱۶: ۱۴۹-۱۷۲) شوق الهی است که، آتش عشق را در وجود سالک الی الله شعله ور و او را مشتاق شادمانی ملاقات پروردگار می کند (ر.ک؛ ابن طاووس، (بی تا: ۴۳) «مُشْتَاقَةٌ إِلَى فَرْحَةٍ لِقَائِكَ»؛ مشتاق به شاد گشتن دیدارت) مومنان تحت ولایت ویژه پروردگار قرار دارند (ر.ک؛ طباطبائی، ۱۳۷۴، ج ۱۰: ۱۲۰) «خداوند سرور کسانی است که ایمان آورده اند. آنان را از تاریکی ها به سوی روشنایی به درمی برد» ﴿اللَّهُ وَكِي الدِّينِ آمَنُوا يَخْرِجُهُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ﴾ (بقره/ ۲۵۷) و به همین نسبت به وادی نور و سرای بهجت سرور وارد می شوند (ر.ک؛ فعالی، محمد تقی، ۱۳۹۱: ۱۸۲) ابن سینا در تقسیم سطوح شادی، از بالاترین

سطح شادی نام برده که با نوعی لذت روحانی و در اثر اتصال با کمال مطلق درک می شود (ابن سینا، ۱۳۸۴: ۱۹۱) لذت و شادی ناشی از درک کمال است و خدای متعال به خاطر کمال مطلقش، دارای با شکوه‌ترین لذت و شادمانی است. خدای متعال، بالاترین مرتبه شادی و با کیفیت‌ترین نوع آن را برای مومنان راستین در نظر می گیرد که با قرب الهی به کمال دست می یابند.

این مقامات تا بی نهایت شادی و لذت فانی شدن در ذات ربوبی و اتصال و اتحاد با او اوج می گیرد. در مناجات شعبانیه می خوانیم «خدایا! مرا کمال گسستن از غیر و پیوستن به خودت عطا کن؛ دیده دل‌هایمان را با فروغ نگاه به خود، روشن ساز، تا دیده‌های بصیرت دل، حجاب‌های نور را از هم بردرد و به کانون عظمت برسد و جان‌های ما آویخته به درگاه عزت و قدس تو گردد.» «إِلَهِي هَبْ لِي كَمَالَ الْإِنْقِطَاعِ إِلَيْكَ وَأَنْرْ أَبْصَارَ قُلُوبِنَا بِضِيَاءِ نَظَرِهَا إِلَيْكَ حَتَّى تَخْرُقَ أَبْصَارُ الْقُلُوبِ حُجُبَ النُّورِ فَتَصِلَ إِلَيَّ مَعْدِنِ الْعِظَمَةِ وَتَصِيرَ أَرْوَاحَنَا مُعَلِّقَةً بِعِزِّ قُدْسِكَ» (مجلسی، ۱۴۰۳ ق: ج ۹۱؛ ۹۹) این نور نشاط بخش، با انقطاع از غیر خدا و پیوستن به او، در وجود مومن روشن می شود. در فرازی دیگر عرضه می داریم «خدایا! مرا به فروغ نشاط بخش عزت خود ببیوند تا تنها شناسای تو باشم و از غیر تو روی برتابم» «وَأَلْحِقْنِي بِنُورِ عِزِّكَ الْإِبْهَاجِ فَأَكُونَ لَكَ عَارِفًا وَعَنْ سِوَاكَ مُنْحَرِفًا» (مجلسی، ۱۴۰۳ ق: ج ۹۱؛ ۹۹) بریدن از غیر خدا با فانی شدن در خدا محقق می شود. لذا انسان تا خودی درک نکند، از غیر او روی گردان نشده و هنوز دل مشغول است و نمی تواند به نور الهی ببیوندد. او باید از خودش و خواسته‌های مادی خویش مُنیب (بریده) شود تا فاصله‌ای میان او و خدایش نماند و نور نشاط الهی را درک کند.

## ۵. فضل و رحمت از جانب خدا و ارتباط آن با شادی معنوی

قرآن کریم شادی معنوی را فضل و رحمت از جانب خداوند می داند. ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (یونس / ۵۸) از این رو بررسی فضل و

رحمت از جانب خدا و ارتباط آن با شادی امری ضروری است که در ادامه به آن پرداخته می‌شود.

قبل از ورود به این بحث لازم است به این نکته توجه داشته باشیم که حصول چنین شادی عمیق و با کیفیت و سازوکار نزول آن مربوط به روح انسان است و روح انسان از سنخ امر الهی است. ﴿وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِّي وَمَا أُوتِيتُمْ مِنَ الْعِلْمِ إِلَّا قَلِيلًا﴾. (اسرا/۸۵) موجودی فعال و پویا و مدام در التهاب و جست و جوست و تنها زمانی آرامش و شادی عمیق را درک می‌کند که با منبع لایزال هستی، پیوند یابد و از تلاطم باز ایستد. مرحوم طبرسی در مورد ماهیت روح که شادی معنوی را درک می‌نویسد: خدا، روح را از شش چیز؛ نور، خوشبویی، بقا، حیات، علم و برتری آفریده است؛ به همین دلیل وقتی روح از جسم جدا می‌شود، همه این امتیازات از جسم نیز گرفته می‌شود (ر.ک؛ طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۶، ۶۷۵) وی به عنوان شاهد اضافه می‌کند که شهیدان راه حق با اینکه جسم‌شان در خاک است، خودشان (روحشان) نزد خدا شادمان و منتعم‌اند. علامه طباطبائی جایگاه شهیدان و محل شادی آنان را مربوط به عالم پس از دنیا و قبل از قیامت (برزخ) می‌داند (ر.ک؛ طباطبائی، ۱۳۷۴: ج ۱۷، ۳۹۰).

در سوره آل عمران آمده است «هرگز کسانی را که در راه خدا کشته شده‌اند، مرده مپندار، بلکه زنده‌اند که نزد پروردگارشان روزی داده می‌شوند. به آنچه خدا از فضل خود به آنان داده‌است شادمانند، و برای کسانی که از پی ایشانند و هنوز به آنان نپیوسته‌اند شادی می‌کنند که نه بیمی بر ایشان است و نه اندوهگین می‌شوند. بر نعمت و فضل خدا و اینکه خدا پاداش مؤمنان را تباه نمی‌گرداند، شادی می‌کنند.» ﴿وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْواتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ يَسْتَبْشِرُونَ بِنِعْمَةِ اللَّهِ وَفَضْلٍ وَأَنَّ اللَّهَ لَا يَضِيعُ أَجْرَ الْمُؤْمِنِينَ﴾ (آل عمران ۱۶۹-۱۷۱) کشته شدگان در راه خدا هم از نظر رسیدن خودشان به فضل خدا و هم در انتظار دیدن آن فضل نسبت به دوستان



خود خوشحالی می‌کنند و اینکه آنها نیز خوفی و اندوهی ندارند. اینکه در کلام خدا ترس و اندوه با نفی مبهم (لاخوفٌ با تنوین تنکیر) آمده، دلالت بر عموم می‌کند؛ به عبارتی اینان هیچ نوعی از انواع ترس و اندوه دنیایی را ندارند (ر.ک؛ طباطبائی، ۱۳۷۴: ج ۱۰، ۹۰) با نبود ترس و اندوه، هر گونه تنیدگی از وجود آدمی رخت بر بسته و روان سالم و شاد همراه با امنیت و آرامش جای آن را می‌گیرد.

قرآن به صورت مکرر به نبود این ترس و اندوه تأکید نموده‌است. به تصریح عام آیات الهی، آنان که ایمان داشته و در مسیر الهی استقامت کردند از هر گونه غم و ترس دنیا عاری هستند: «محققاً کسانی که گفتند پروردگار ما خداست، سپس ایستادگی کردند، بیمی بر آنان نیست و غمگین نخواهند شد». ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (احقاف/ ۱۳)) فرشتگان الهی بر این مؤمنان نازل می‌شوند و آنان را از هر بیم و اندوهی باز می‌دارند و مژده بهشت می‌دهند. «در حقیقت، کسانی که گفتند: «پروردگار ما خداست»؛ سپس ایستادگی کردند، فرشتگان بر آنان فرود می‌آیند [و می‌گویند: [هان، بیم مدارید و غمین مباشید، و به بهشتی که وعده یافته بودید شاد باشید.﴾ ﴿الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشُرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ \* نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَفِي الْآخِرَةِ﴾ (فصلت/ ۳۰ و ۳۱)) فرشتگان نسبت به ایشان اظهار دوستی در دنیا و آخرت می‌کنند «در زندگی دنیا و در آخرت دوستانان ماییم، و هر چه دل‌هایتان بخواهد در [بهشت] برای شماست، و هر چه خواستار باشید در آنجا خواهید داشت» مجمع البیان می‌نویسد در دنیا فرشتگان خیرات و برکات را به ایشان می‌رسانند (ر.ک؛ طبرسی، ۱۳۷۲: ج ۹، ۱۷) فخر رازی معتقد است؛ این دوستی در دنیا بوده و در آخرت نیز ادامه دارد و فرشتگان با الهام و مکاشفه، بر ارواح پاک انسان‌ها اثر می‌گذارند (ر.ک؛ فخر رازی، ۱۴۱۱ ق: ج ۲۷، ۵۶۱) چنانکه شیاطین بر ارواح پلید و سوسه می‌کنند «و برای آنان دمسازانی گذاشتیم، و آنچه در دسترس ایشان و آنچه در پی آنان بود در نظرشان زیبا جلوه دادند» ﴿وَقَيضْنَا لَهُمْ قُرْنَاءَ

فَزَيِّنُوا لَهُمْ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ ﴿فصلت/ ۲۵﴾ روشن است که قرآن کریم به صراحت بر تحقق نزول فرشتگان و شادباش آنان و اظهار دوستی شان با مؤمنان در دنیا و آخرت دلالت دارد. این دوستی مختص آخرت نیست؛ بلکه محل وقوع آن در قبل از مرگ نیز هست. علامه طباطبائی می‌افزاید؛ دوستی در آخرت نتیجه‌ی دوستی دنیاست و اولیا بودن ملائکه برای مؤمنان، منافات با این ندارد که خدا هم ولی ایشان باشد، چون ملائکه واسطه رحمت و کرامت اویند، نه اینکه از پیش خود، وجود مستقل و اختیار داشته باشند (ر.ک؛ طباطبائی، ۱۳۷۴: ج ۱۷، ۵۸۴).

خدای متعال در جای دیگر هر ترس و اندوهی را از دوستان خود نفی می‌کند. «آگاه باشید که بر دوستان خدا نه بیمی است و نه آنان اندوهگین می‌شوند» ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَأَخْوَفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (یونس/ ۶۲) علامه طباطبائی در معنا و تفسیر این دوستی و ولایت الهی می‌نویسد؛ معنای ولایت نبودن واسطه میان دو چیز است به گونه‌ای که میان آنها اتصال ایجاد شود. ولایت؛ پیوندی دو جانبه است. خدای متعال طوری متولی تدبیر امور بنده خویش است که دیگر کسی در این میان نیست. چنانچه ولایت از جانب مؤمن ولی خدا نیز اطاعت و اتصال به خداست که برکات معنوی هدایت، توفیق، تأیید و به دنبال آن، مومن، اکرام و بهشت و رضوان الهی را دریافت می‌کند (همان) در حالت موصوف میان بنده و خدا اتصال ایجاد شده و چیزی در بین نمی‌ماند.

این همه، ارمغان اتصال روح فوق مادی آدمی با منشأ حقیقی خویش و منبع سرور عالم خداست که هر گونه اندوه و کاستی را از انسان دور می‌سازد. این نبود ترس و اندوه مختص آخرت نیست و شامل دنیا نیز می‌شود و به این معنا نیست که اولیای خدا نسبت به درد و لذت، نفع و ضرر و خیر و شر درک و احساس یکسانی داشته و بین آنها تفاوتی قایل نباشند؛ بلکه ایشان چون برای غیر خدا هیچ استقلالی در تأثیر نمی‌بینند و مالکیت و حاکمیت حقیقی را مختص او می‌دانند از غیر او نمی‌ترسند و جز برای آنچه خدا می‌خواهد اندوهگین نمی‌شوند (ر.ک؛ طباطبائی، ۱۳۷۴: ج ۱۰، ۹۰) در حقیقت ترس و

اندوه مادی و غیر الهی ندارند.

نویسنده تفسیر المیزان می‌افزاید؛ با اینکه عبارت ﴿أَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ (نه بیمی بر ایشان است و نه اندوهگین می‌شوند (آل عمران / ۱۷۰)) جمله‌ای لطیف و و بیانی ساده است، ولی هر چه انسان بیشتر در عمق آن می‌اندیشد، دامنه معنایش گسترده می‌شود. وی معتقد است برطرف شدن اندوه و ترس مطلق، زمانی امکان دارد که آنچه خوشایند آدمی است جاودان بوده و نابود شدنی نباشد. حال آنکه همه چیز فانی‌اند و از بین خواهند رفت، جز آنچه نزد خدای متعال باشد. وی اضافه می‌کند؛ نبودن ترس و اندوه همان روزی خوردن انسان نزد خدا است و به حکم آیه: «آنچه نزد خداست برای نیکان بهتر است» ﴿وَمَا عِنْدَ اللَّهِ خَيْرٌ﴾ (آل عمران / ۱۹۸)) و آیه «آنچه پیش خداست پایدار است» ﴿وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ﴾ (نحل / ۹۶)) روشن می‌شود که آنچه نزد خدا است هم نعمت و خیر است، هم باقی است، نه عذاب و شری آمیخته با آن است و نه فنا و زوالی بدان راه دارد» (همان) و شادی مطلق فقط نزد خداست. نبودن حزن و خوف همان نعمت و فضل الهی است و رفع اندوه و ترس و پیدایش شادی مطلق تنها با این فضل جاودان و رحمت واسعه الهی قابل تحقق است که بالاترین مرتبه آن در مورد شهیدان در عالم برزخ در حال رخداد است.

از این رو قرآن کریم، رحمت و فضل الهی را عامل انحصاری شایسته شادی بر پیروان خویش عنوان نموده است: «بگو به فضل و رحمت خداست که [مؤمنان] باید شاد شوند و این از هر چه گرد می‌آورند، بهتر است». ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (یونس / ۵۸)) این آیه، شادی به تفضل و رحمت الهی را که منوط بر نگرش و باورمندی توحیدی است بر شادی ناشی از انباشته‌های مادی ترجیح داده و دستور می‌دهد؛ مؤمنان شادی‌هایشان را از جانب خدا دریافت کنند. رحمت الهی پایدار و دایمی بوده، ولی اموال دنیوی که انسان به دست می‌آورد، از دست رفتنی و فناپذیر و غیر قابل اعتماد است و ارزش شادمانی واقعی ندارند. نعمت‌های مادی، به تنهایی نمی‌توانند

سعادت آدمی را تأمین نمایند؛ هرچند در نیل به کمالات اثر دارند. رحمت سعادت دینی، وقتی با نعمت‌های مادی همراه شد، آنگاه جای شادمانی دارد (ر.ک؛ طباطبائی، ۱۳۷۴: ج ۱۰، ۱۲۰) و از آنچه آدمیان خود جمع می‌نمایند، بهتر و باارزش‌تر است. هرچند فضل نعمت عمومی و زندگی مادی شایستگی شادی دارد، ولی زمانی کامل و تام خواهد بود که با شادی به رحمت سعادت دینی و معنوی همراه گردد. قرآن کریم در تلاش است روح آدمی را وسعت بخشد و غم و شادی‌های او را از امور سطحی و مادی بالاتر برده و انسان را از شادی‌های بی‌ارزش مادی برهاند (ر.ک؛ علیانسیب، ۱۳۹۵، ۸۱-۹۸).

این نوع شادمانی تنها با رحمت بی‌نهایت خداوندی و در نتیجه یک نگرش صحیح توحیدی حاصل می‌شود و مختص برزخ و جهان دیگر نیست. آنچه از شادی و نعمت برای شهیدان راه حق و اولیای الهی در بهشت و نزد خدا رخ می‌دهد، نتیجه رها شدن از مادیت دنیا و رسیدن به خدا و قرب است که اگر این مقام معنوی در همین دنیا، با اعمال اختیاری انسان و فانی شدن در خدا ایجاد شود، همان نتیجه را خواهد و به قدر ظرفیت این دنیا شادی معنوی نصیب مومن خواهد شد. لذا اگر قرآن کریم، شادی به فضل و رحمت را تنها راه شادی حقیقی بیان نموده به این دلیل است که این قرب و ولایت در همین دنیا نیز برای انسان‌های خدایپیشه و اولیای الهی امکان‌پذیر است. هر چه قرب و اتصال با پروردگار قوی‌تر باشد مومن از مقام معنوی بالاتری برخوردار گشته و حظ و لذت بیشتری از رحمت و فضل کمال مطلق دریافت می‌کند.

از این رو آنچه جالب توجه است اینکه، برخلاف تصور نادرست عموم، خدای متعال بشر را در این دنیا به حال خود وانهاد تا همه نعمت و رحمتش را فقط برای بهشت جهان دیگر ذخیره کند؛ بلکه رحمت و اسعه الهی، سرتاسر این عالم را فرا گرفته و فقط کافی است انسان خود را در معرض این رحمت قرار دهد. لذا این شادی به رحمت الهی، اختصاصی به جهان دیگر ندارد و صرف شناخت پروردگار و آگاهی از خصیصه تفضل و رحمت او بر خلائق، انسان را غرق امید و شادی می‌کند و اگر این شناخت در حوزه

عاطفه و رفتار نیز ظهور یابد و تمام وجود مؤمن را فرا گیرد، سطح عمیق شادی را نصیب وی می‌کند. نگرش الهی و ایمان، رابطه‌ی شخص با خدا را تنظیم می‌کند و در نتیجه؛ اطمینان به آینده و رضایت از گذشته در پرتو نگرش الهی را جایگزین بیم و اندوه می‌نماید که از عوامل فشار روانی و استرس هستند و با دریافت فضل و رحمت الهی، سلامت معنوی و شادی توأم با امنیت و آرامش را به ارمغان می‌آورد که بالاترین مرتبه‌ی بهداشت روان در معنای جامع آن است.

### پیشنهادها

با توجه به اینکه مطالعه‌ی مفهوم شادی معنوی در بستر سلامت معنوی اسلامی به تازگی مورد توجه قرار گرفته‌است؛ پیشنهاد می‌شود در تحقیقات دیگری مبانی و اصول قرآنی و پایه‌های عرفانی این مفهوم بررسی و جایگاه علمی آن تبیین گردد تا با گسترش این مفهوم در بعد علمی، زمینه‌ی کاربردی ساختن آن توسط پژوهش‌گران حوزه‌ی سلامت فراهم شود.

### بحث و نتیجه‌گیری

پس از بررسی‌ها مشخص شد که نگرش الهی در شادی و سلامت انسان مؤثر است. در قرآن به شادی‌های معنوی در دنیا و آخرت اشاره شده‌است یکی از راه‌های رسیدن به شادی معنوی اطمینان به تقدیرات الهی و نداشتن خوف و حزن است اگر انسان اتفاقاتی که به او می‌رسد را تقدیرات الهی بداند و خوف و حزن را کنار بگذارد با آرامش و شادی زندگی خواهد کرد. ایمان و عمل صالح یکی دیگر از عوامل شادی معنوی و سلامت معنوی است ایمان و عمل صالح است که سبب رضایت خداوند از فرد و رضایت فرد از خدا در دنیا و آخرت می‌شود فنا در خدا و مقدم داشت خواسته-

های خدا بر خواسته‌های خویش از دیگر عوامل شادی معنوی است. یکی از مهمترین آیاتی که به شادی معنوی تأکید دارد آیه فضل و رحمت از جانب خدا ﴿قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ﴾ (یونس / ۵۸) است. این آیه بر هدف-مندی زندگی و پرهیز از مادی‌گرایی صرف تأکید دارد و نداشتن ترس و اندوه و از زمره اولیاء الهی شدن و داشتن نگرش الهی از مهم‌ترین عوامل رسیدن به این فضل الهی و شادی معنوی است.



## منابع

۱. قرآن کریم با ترجمه فولادوند
۲. ابن سینا، حسین بن عبدالله. (۱۳۸۴). الاشارات و التنبیها. شرح خواجه نصیر طوسی. قم: مطبوعات دینی.
۳. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی. (۱۴۰۴ق). تحف العقول. چاپ دوم. قم: جامعه مدرسین.
۴. ابن طاووس، سید عبد الکریم طاووس. (بی تا). فرحه الغری فی تعیین قبر امیر المؤمنین علی بن ابی طالب علیه السلام. قم: منشورات الرضی.
۵. ابن منظور، محمد. (۱۴۱۶ق). لسان العرب. بیروت. داراحیاء التراث العربی.
۶. ابن همام اسکافی، محمد بن همام بن سهیل. (۱۴۰۴ق). التمحیص. ایران. قم: مدرسه امام مهدی.
۷. آذربایجانی، مسعود و دیگران. (۱۳۸۲). روانشناسی اجتماعی بانگرش به منابع اسلامی. تهران: سمت.
۸. آیزنک، مایکل. (۱۳۷۵ش). روان شناسی شادی. ترجمه: مهرداد فیروز بخت و خشایار بیگی. تهران: بدر.
۹. پسندیده، عباس. (۱۳۹۲ش). الگوی اسلامی شادکامی با رویکرد روانشناسی مثبت. قم: دارالحديث.
۱۰. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد. (۱۴۱۰ق). غررالحکم و درر الکلم. قم: دار الکتاب الإسلامی.
۱۱. جیمز، ویلیام. (۱۳۶۷ش). دین و روان. ترجمه مهدی قائمی. قم: دارالفکر.
۱۲. دهخدا، علی اکبر. (۱۳۷۳ش). لغت نامه دهخدا. تهران: مؤسسه لغت نامه دهخدا.

۱۳. رازی، فخر الدین. (۱۴۱۱ق.). التفسیر الکبیر) مفاتیح الغیب (. بیروت: دارالکتب العلمیه.
۱۴. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۳۹۲ش) مفردات الفاظ القرآن. دمشق: دارالعلم.
۱۵. سالاری فر، محمد رضا و شجاعی. محمد صادق؛ موسوی اصل. سید مهدی؛ دولتخواه. محمد؛ بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی. قم. پژوهشگاه حوزه و دانشگاه. ۱۳۹۸.
۱۶. سراج زاده، سید حسین؛ مریم جامه شورانی؛ فرشاد محمدی؛ دین و شادمانی؛ مطالعه رابطه دینداری با احساس شادمانی در نمونه ای از دانشجویان. مجله علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی. بهار و تابستان ۱۳۹۵.
۱۷. صعیدی، عبدالفتاح و موسی. حسین یوسف. (۱۴۰۴ق.). الإفصاح فی فقه اللغة. قم: الإعلام الإسلامی.
۱۸. طباطبائی، محمدحسین. (۱۳۷۴ش). تفسیر المیزان. چاپ پنجم. قم: اسلامی.
۱۹. طبرسی، فضل بن حسن. (۱۳۷۲ش). مجمع البیان فی تفسیر القرآن. تهران: ناصر خسرو.
۲۰. طوسی، خواجه نصیرالدین. (۱۳۸۴ش). شرح الاشارات و التنبیها؛ تحقیق حسن زاده آملی. قم: بوستان.
۲۱. عباسی، محمود؛ عزیزی. فریدون؛ شمسی گوشکی. احسان؛ ناصر راد. محسن؛ اکبری لاله. مریم؛ (۱۳۹۱ش). تعریف مفهومی و عملیاتی سازی سلامت معنوی: یک مطالعه روش شناختی. علوم پزشکی شهید بهشتی. تهران. مجله اخلاق پزشکی. شماره ۲۰. تابستان.
۲۲. علیانسیب، سید ضیاءالدین و همکاران. (۱۳۹۶ش). در جستجوی عوامل معنوی طول عمر در قرآن. مجله پژوهش در دین و سلامت.



۲۳. علیانسیب، سید ضیاءالدین؛ علیانسیب، سید مرتضی؛ تقوی آذر شریانی. مهدی؛ اصول اخلاقی شادی از دیدگاه آیات و روایات. مجله اخلاق زیستی. زمستان ۱۳۹۵.
۲۴. فعالی، محمد تقی. (۱۳۸۹ش). «نقد دینی فلسفی بر مولفه شادی در معنویت‌های نوظهور» پژوهشنامه فلسفه دین. شماره ۱۶.
۲۵. فعالی، محمد تقی. (۱۳۹۱ش). آرامش. تهران. دارالصادقین.
۲۶. فیروزی، رضا؛ اسماعیلی، مصطفی؛ معتمدی، عبدالله؛ (۱۳۹۲ش) مفهوم شناسی سلامت از دیدگاه قرآن و حدیث. فصلنامه فقه پزشکی. شماره ۱۵ و ۱۶. تابستان و پاییز.
۲۷. قرشی، سید علی‌اکبر. (۱۴۱۲ق.). قاموس قرآن. تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۲۸. قلی پور، آرین؛ (۱۳۸۶). مدیریت رفتار سازمانی. تهران. انتشارات سمت.
۲۹. کیانی نژاد، غلامرضا. (۱۳۹۲) عوامل شادی از منظر اخلاق اسلامی. رساله کارشناسی ارشد دانشگاه معارف اسلامی قم.
۳۰. گلزاری، محمود. شادابی و نشاط. (۱۳۸۱ش) گفتگو. مجله. پرسمان. بهمن. شماره ۵.
۳۱. لاما، دالایی. (۱۳۸۲ش). هنر شاد زیستن. ترجمه شهناز انوشیروانی. تهران. نشر رسا.
۳۲. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی. (۱۴۰۳ق.). بحار الأنوار. (ط - بیروت). چاپ دوم. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
۳۳. مصطفوی، حسن. (۱۳۶۰ش). التحقيق فی کلمات القرآن الکریم. تهران: بنگاه ترجمه و نشر کتاب.
۳۴. معین، محمد. (۱۳۸۱ش). فرهنگ معین. تهران: سرایش.
۳۵. نراقی، محمد مهدی. (۱۳۹۰ش) گزیده جامع السعادات. تحقیق: مجتبیوی. جلال الدین. تهران: حکمت.