

درباره شادی

غم و شادی، یا اندوه و خوشحالی، یکی از ویژگی‌های انسان است. در زندگی اصل بر شادی است. و هرگاه این احساس وجود نداشته باشد، غم جای آن را می‌گیرد. در واقع انسان‌ها اکثراً و ذاتاً شاد هستند و اگر جز این بود نمی‌توانستند به زندگی خود ادامه دهند. کودکان و نوجوانانی را بنگرید که حتی در سخت‌ترین شرایط، نوعی شادی سرخوشانه را تجربه می‌کنند. غم، نابودکننده نشاط و سرزندگی و در نهایت مایه تباهی عمر است. لابد شما هم این سکانس منتشر شده از فیلم «طعم گیلان» شادروان عباس کیارستمی را دیده‌اید که شخصیت داستان، که قصد خودکشی داشته روایت می‌کند که وقتی بالای درخت توت رفته تا طناب را به آن ببندد و خود را راحت کند، با خوردن چند دانه توت شیرین و سپس سروصدای بچه‌های مدرسه که پای درخت آمده‌اند، ناگهان احساس شادی و احساس زندگی به دلش راه یافته و از خودکشی منصرف شده است. این وصف حال ساده بسیاری از ماها در برخورد با وقایع روزانه است، و چه بسا قدر آن را نمی‌دانیم. شاد بودن احساسی است که تا حد بسیار زیادی به شخص مربوط است، حتی اگر مایه‌های اندوه در او بسیار باشند. البته کار به این سادگی نیست ولی بی‌تردید می‌توان با اندیشه، تفکر و الهام گرفتن از دیگران به‌ویژه شخصیت‌های بزرگ، راهی به شادی زندگی گشود. حتماً می‌دانید که یکی از گناهان بزرگ در اسلام یاس و ناامیدی به‌ویژه یاس از رحمت خداست. و این نکته بسیار مهمی است که توجه به آن می‌تواند دریچه‌های نور و روشنایی را به قلب ما بگشاید. در پرتو این نور است که انسان به جایی می‌رسد که می‌گوید:

**خون ما بر غم حرام و خون غم بر ما حلال
هر غمی کو گرد ما گردید شد در خون خویش**

(مولوی)

از گذشته تا امروز درباره شادی، امید، بخت، سعادت و... هزاران سخن گفته شده است و هر مکتب و مرام اخلاقی و فلسفی و دینی کوشیده است در این باره رهنمودی به بشر بدهد. اشعار شاعران بزرگ ما سرشار از این‌گونه مفاهیم است، آیات و روایات دینی و احادیث ما گنجینه‌ای از این مقولات است و گفته‌های روان‌شناسان و عالمان اخلاق و تربیت هم از این مباحث خالی نیست؛ با این حال هنوز در میان ما، انسان‌های ناشاد و غمگین فراوان‌اند. چرا؟ می‌توان گفت زیرا نمی‌توانند خود را از چنبره محیط جغرافیایی، محیط انسانی و حتی محیط خانوادگی خود که موجد و موجب این حالت در آن‌ها شده، رها سازند. آخرین سخن اینکه: یکی از راه‌های شاد شدن و اظهار رضایت از زندگی، از خود بریدن و به جمع پیوستن است و اینکه فرد آسایش دیگران را بر آسایش خود ترجیح دهد. به قول سعدی:

**خنک آن که آسایش مرد و زن
گزیند بر آسایش خویشتن**