



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

زمان چاپ: ۱۴۰۲/۱۰/۲۰

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

## نیاز انسان به شادی و تفریح از منظر قرآن

تهمینه پارسایی<sup>۱</sup>، فردین احمدی<sup>۲</sup>، زهرا امینی<sup>۳</sup>

۱- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج ، ptahminaa@yahoo.com

۲- مدرس دانشگاه فرهنگیان و آزاد ، ۶۹۶۹fardinahmadi@gmail.com

۳- حافظ کل قرآن کریم

### چکیده

یکی از نیازهای اساسی انسان در زندگی فردی و اجتماعی خویش نیاز به شاد زیستن است. در واقع خداوند انسان را طوری خلق نموده که ذاتا و فطرتا به دنبال شادی است. در دنیای معاصر که اضطراب ها و تنش های زندگی مدرن هر روز چهره ای تازه از خودش به نمایش می گذارد داشتن زندگی شاد یک آرزو محسوب می شود. با توجه به تاثیراتی که شادی در زندگی انسان چه فردی و چه اجتماعی دارد این سوال مطرح می گردد که آیا قرآن کریم به این نیاز اشاره داشته است؟ لذا این تحقیق با استفاده روش توصیفی و تحلیلی و با مراجعه به آیات قرآن و نظرات مفسران در صدد است که نیاز انسان به شادی را از منظر قرآن مورد بررسی قرار دهد. در این راستا ابتدا به طور کلی مسئله شادی در قرآن مورد بررسی قرار گرفت در ادامه به راهکارهای قرآنی و مصادیق شادی پرداخته شد و در نهایت تاثیر شادی و تفریح بر زندگی فردی و اجتماعی مورد بررسی قرار گرفت. قرآن کریم بر ضرورت شادی و تفریح اشاره داشته است حتی عوامل ایجاد شادی را نیز به دو صورت شادی محمود و مذموم بیان کرده است. بیشترین تاثیر شادی و تفریح در انسان و جامعه انسانی را ایجاد آرامش و بصیرت افزینی می داند.

کلمات کلیدی: شادی، انسان، تفریح، قرآن کریم، سرور



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶



## مقدمه

نیاز انسان به شادی و تفریح از منظر قرآن، موضوعی است که به واسطه اهمیت آن در زندگی انسان و تأثیر پذیری او از آن، مورد توجه و مطالعه قرار گرفته است. بر اساس نظریه‌های روان‌شناسی، شادی و تفریح به عنوان یکی از نیازهای بنیادین انسان در پیشرفت و رشد او اثرگذار هستند. یافته‌های پژوهش‌های علمی نیز نشان می‌دهند که فردی که در محیطی شاداب و خوش‌بو، با فرصت‌های تفریحی قابل قبول و سرگرمی‌های سالم و مفید زندگی می‌کند، برای رسیدن به موفقیت‌های بزرگ‌تر و داشتن زندگی موفق‌تر و خوشبخت‌تر، پتانسیل بیشتری دارد.

از دیدگاه قرآن کریم، همچنین، شادی و تفریح نیز به عنوان یکی از حقوق اساسی انسان شناخته شده‌اند. در قرآن، خداوند به عنوان خالق و رب العالمین، به دوستان خود می‌فرماید: «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ» (سوره یونس، آیه ۵۸) که به معنی آن است که به دلیل فضل و رحمت خدا، باید شادی کرد. همچنین، در سوره نمل آمده است: «وَجَعَلْنَا فِيهَا جَنَّاتٍ مِّنْ نَّخِيلٍ وَأَعْنَابٍ وَفَجْرْنَا فِيهَا مِنَ الْعُيُونِ \* لِيَأْكُلُوا مِنْ ثَمَرِهِ وَمَا عَمِلَتْهُ أَيْدِيهِمْ أَفَلَا يَشْكُرُونَ» (سوره نمل، آیات ۳۵-۳۶) که به معنی آن است که خداوند برای انسان جنت‌هایی با درختان نخل و انگور قرار داده تا او از میوه‌های آن‌ها بخورد و شکرگزاری کند.

از این رو، می‌توان نتیجه گرفت که شادی و تفریح به عنوان یکی از نیازهای بنیادین انسان، از منظر قرآن کریم نیز حائز اهمیت و ارزش هستند. به عنوان پژوهشگران، می‌توانیم با بررسی نظرات و آیات مرتبط با شادی و تفریح در قرآن، به دنبال فهم بهتر و عمیق‌تر از این موضوع باشیم. در این تحقیق به دنبال پاسخگویی به سوالات زیر هستیم؛

- آیا قرآن کریم به نیازهای انسان به شادی و تفریح اشاره کرده است؟
- قرآن کریم چه راهکارها و مصادیقی را برای شادی و تفریح ذکر کرده است؟
- تأثیر شادی و تفریح در زندگی فردی و جمعی انسان چیست؟

در رابطه با شادی از نگاه قرآن تا به حال تحقیقات مختلفی صورت گرفته است؛

اشرفی و براری (۱۳۹۱) در مقاله ای با عنوان مطالعه تطبیقی عوامل و انواع شادی در قرآن و عهدین تلاش دارد با روش مطالعه تطبیقی، عوامل شادی و انواع آن را از منظر قرآن و عهدین مورد بررسی قرار دهد. وجود آیات متعدد در قرآن کریم و عهدین را حاکی از اهمیت موضوع شادی در ادیان آسمانی معرفی می‌کند. در نهایت به این نتیجه می‌رسد در هر دو کتاب دین داری مصداق شادی مطلوب بیان شده، با این تفاوت که در قرآن کریم این موضوع به صورت دقیق، جامع و کامل به این موضوع پرداخته است.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مردانی نوکنده (۱۳۹۱) در مقاله «چیستی و ماهیت شادی در قرآن و روایات و راهکارهایی برای شاد زیستن وجود آیات متعدد در قرآن کریم، سخنان پیامبر(ص) و احادیث و روایات منقول از ائمه معصومان(ع) حاکی از اهمیت موضوع شادی در اسلام معرفی می کند. و شادمانی حقیقی را در راه سپاس از خداوند در معنویات بیان می کند. زینی ملک آباد و نیل ساز(۱۳۹۰) جایگاه شادی و نشاط در قرآن و روایات را مورد بررسی قرار داده اند از نظر آنها مهم ترین معیارهای شادی و نشاط ممدوح را با محوریت توحید است که با اعمالی مانند دوری از گناه، احیای ارزشها، شاد کردن دیگران و شادی با معصومین(ع) انجام می شود.

## سوالات تحقیق

### سوال اول

آیا قرآن کریم به نیازهای انسان به شادی و تفریح اشاره کرده است؟

الفاظ زیادی بر مفهوم شادی در قرآن دلالت دارند مانند فرح(۲۲ بار) ، شماتة(اعراف/۱۵۰)، بشر(۵۳ بار)، سرور(۳ بار)،سعادة(۲بار)، حُبور(دوبار)، بهجة(۳بار)، ضحك(۹بار)، مرح(۳ بار) (ر.ک: معجم المفهرس، ذیل واژگان) این تعدد واژگان برای عمل شادی نشان می دهد که خداوند به این حالت انسانی خیلی اهمیت داده است. اما اصلی ترین واژه آن فرح است. «فرح» با شکل های مختلفی مانند فرح ، فرحوا ، تفرحوا ، یفرحوا ، یفرحون ، یفرحون، یفرح ، تفرح، فرحون و فرحین در قرآن بکار رفته است. از نظر قرآن فرح و شادی جز انفعالات فطری در انسان است و دائما انسان در زندگی اش با حالت های مختلف سرو کار دارد . خداوند در این رابطه می فرماید: «إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا . إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا . وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا » (معارج، ۱۹-۲۱)؛ به یقین انسان حریص و کم طاق است آفریده شده است، هنگامی که بدی به او رسد بیتابی می کند، و هنگامی که خوبی به او رسد مانع دیگران می شود (و بخل می ورزد). یکی از این حالتها شادی و سرور است؛ « وَإِذَا أَذَقْنَا النَّاسَ رَحْمَةً فَرِحُوا بِهَا وَإِنْ تُصِيبَهُمْ سَيِّئَةٌ بِمَا قَدَّمَتْ أَيْدِيهِمْ إِذَا هُمْ يَقْنَطُونَ » (روم، ۳۶)؛



## ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

و هنگامی که رحمتی به مردم بچشانیم، از آن خوشحال می‌شوند؛ و هر گاه رنج و مصیبتی بخاطر اعمالی که انجام داده‌اند به آنان رسد، ناگهان مایوس می‌شوند.

اشاره قرآن به مسئله تفریح و ضرورت آن را می‌توان در داستان حضرت یوسف مشاهده کرد؛ آنجا که قرآن کریم درخواست برادران را از پدر در مورد حضرت یوسف این چنین بیان می‌کند: «ارسله معنا غداً یرتع و یلعب و انا له لحافظون» (سوره یوسف، آیه ۱۲)؛ او را فردا با ما (به خارج شهر) بفرست تا غذای کافی بخورد، و بازی و تفریح کند و ما حافظ او هستیم. وقتی برادران یوسف مسئله تفریح و گردش در صحرا و خوردن از گیاهان را مطرح کردند. حضرت یعقوب اعتراض نکرد که این عمل شایسته یک جوان موحد و وابسته به خانواده نبوت نیست (بلکه از جنبه امنیتی اظهار نگرانی نمود) از این بیان بخوبی استفاده می‌شود که به تفریح نظر مثبت داشته، بلکه امر مسلمی بوده است در جامعه آن روز و امروز شهرنشینی، و فضای بسته خانه‌های شهرها، این نیاز را دوچندان کرده است.

در قرآن کریم به طور کلی نیاز انسان به تفریح و شادی به دو نوع تقسیم می‌شود: تفریح و شادی جسمانی و تفریح و شادی روحانی. در مورد تفریح و شادی جسمانی، قرآن به شرب و خوراک و همچنین به برخی از فعالیت‌های جسمانی مانند شکار و مسابقه اشاره کرده است. برای مثال، در سوره البلد آیه ۴ آمده است: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ»، به معنی «ما انسان را در سختی زندگی خلق کردیم» است. این آیه نشان می‌دهد که انسان برای تفریح و رفع خستگی و استراحت از فعالیت‌های سخت زندگی، نیاز به تفریح جسمانی دارد.

در مورد تفریح روحانی، قرآن به دعا و ذکر و تلاوت قرآن و همچنین به انجام عبادات مختلف مانند نماز و روزه و حج اشاره کرده است. برای مثال، در سوره الرعد آیه ۲۸ آمده است: «الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ»، به معنی «آنان که ایمان آورده‌اند و دلشان با یاد خدا آرام می‌گیرد، بدانید که با یاد خدا، دلها آرام می‌گیرد» است. این آیه نشان می‌دهد که انسان برای تفریح و آرامش روحی نیز، نیاز به تفریح روحانی دارد.

بنابراین، با توجه به آنچه که ذکر گردید قرآن کریم به نیاز انسان به شادی و تفریح اشاره کرده است و تفریح جسمانی و روحانی هر دو نیاز اساسی انسان برای شادی و خوشبختی هستند. در ادامه، به برخی از دیدگاه‌ها در رابطه با تفریح و شادی اشاره خواهیم کرد:

- مفسران قرن‌های مختلف معتقد بوده‌اند که تفریح جسمانی و روحانی هر دو برای انسان ضروری هستند و این نیاز به شادی و خوشبختی برای انسان از سوی خداوند بر آن است که این نیازها را به او تامین کند. (تفسیر المیزان، ج ۱، ص ۳۶۷)

- برخی مفسران معتقدند که تفریح جسمانی و روحانی هر دو نیاز اساسی انسان برای شادی و خوشبختی هستند و خداوند برای تامین این نیازها به انسان آیات و مقرراتی ارائه داده است. (تفسیر نمونه، ج ۱، ص ۳۲۱)



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

- برخی مفسران به تفریح جسمانی به عنوان یکی از بنیادهای خلقت انسان اشاره کرده‌اند و بر این باورند که خداوند برای اینکه انسان در جهان زندگی کند، به او این نیازهای ضروری را بخشیده است. (تفسیر روح المعانی، ج ۱، ص ۲۴۶)

- برخی مفسران به تفریح روحانی به عنوان یکی از راه‌های نزدیک شدن به خداوند اشاره کرده‌اند و بر این باورند که تلاوت قرآن و انجام عبادات مختلف می‌تواند به انسان آرامش و آرامش بخشی دهد. (: تفسیر البحر المحیط، ج ۱، ص ۳۸۷)

به طور کلی، مفسران در مورد نیاز انسان به شادی و تفریح و نقش تفریح جسمانی و روحانی در تأمین این نیاز، دیدگاه‌های مختلفی دارند و این دیدگاه‌ها بر اساس تفاسیر و تحلیل‌های مختلف از آیات مرتبط با موضوع شکل گرفته‌اند.

## سوال دوم

### قرآن کریم چه راهکارها و مصادیقی را برای شادی و تفریح ذکر کرده است؟

به طور کلی انسان هرگاه به خواسته خود برسد و به چیزهای مورد علاقه خویش مانند، مال، قدرت و نفوذ، موفقیت، علم و یا ایمان و تقوا، نایل آید، در خود حالتی از شادی و سرور احساس می‌کند. بنابراین، شادی امری نسبی و مبتنی بر اهداف انسان در زندگی است. مثلاً اگر هدف کسی در زندگی جمع‌آوری مال و دستیابی به قدرت و نفوذ و مقامات دنیوی دیگر باشد، موفقیتش در تحقق این اهداف، سبب شادی و سرور او خواهد شد. اما کسی که هدف زندگی‌اش تمسک و پایبندی به ایمان و پرهیزکاری و عمل صالح برای دستیابی به خوشبختی اخروی باشد، همین مسائل مایه و منشأ آرامش و احساس امنیت و شادی وی خواهد شد. قرآن هر دو نوع این شادی را ذکر کرده است. مثلاً شادی کفار به هنگام دستیابی به متاع زندگی دنیا را چنین توصیف می‌کند: « وَ فَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ » (رعد/ آیه ۲۶) «...» و (این مردم کافر) به زندگانی و متاع دنیا دلشادند در صورتی که دنیا در قبال آخرت متاع ناقابل‌بیش نیست.»

در قرآن کریم راهکارها و مصادیقی برای شادی و تفریح به صورت مستقیم و غیرمستقیم ذکر شده‌اند. برخی از این مصادیق عبارتند از:

### الف) تلاوت قرآن کریم

در قرآن کریم آمده است که تلاوت قرآن کریم می‌تواند به انسان آرامش و آرامش بخشی دهد و به عنوان یکی از راه‌های نزدیک شدن به خداوند معرفی شده است. (منابع: سوره ق، آیه ۲-۴؛ سوره النمل، آیه ۸۲؛ سوره الرعد، آیه ۲۸) همچنین شادی مومنان را آن‌گاه که آیات قرآن بر آنها خوانده می‌شود، ذکر کرده است، قرآنی که آنها را به حق راهنمایی می‌کند و در آن شفای درد آنان و هدایت و رحمت است. یا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَ هُدًى وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿ قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَ بِرَحْمَتِهِ



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ (یونس/ آیه ۵۷ و ۵۸) «ای مردم عالم نامه‌ای که همه پند و اندرز و شفای دل‌های شما و هدایت و رحمت بر مومنان است از جانب خدا برای نجات شما آمد. ای رسول به خلق بگو که شما باید منحصرًا به فضل و رحمت خدا شادمان شوید که آن بهتر و مفیدتر از ثروتی است که برای خود اندوخته می‌کنید.» مفسران قرآن بر این باورند که تلاوت قرآن و انجام عبادات می‌تواند به انسان آرامش، آرامش بخشی و شادی بخشی کند. به عنوان مثال، طبرسی در مورد آیه می‌گوید: منظور قرآن است، یعنی باید مردم بوجود قرآن شادمان باشند زیرا ای اصحاب محمد این قرآن برای شما بهتر از آن اموالی است که این مردمان کافر روی هم اندوخته می‌کنند. و روی هم رفته معنای آیه چنین است: ای محمد به این مردمانی که بدنیا دل خوش کرده و شادمان هستند، و بدان تکیه کرده و جمع‌آوری میکنند، به اینها بگو: اگر خواستید بچیزی دل خوش شوید و شادمان گردید بفضل و رحمت خدا دلخوش شوید که قرآن را بر شما نازل فرموده و محمد را بسوی شما فرستاده است، زیرا شما بوسیله آن دو میتوانید نعمت دائمی و جاودانی را برای خود تحصیل کنید که بهتر از این دنیای ناپایدار است (تفسیر مجمع البیان، ج ۱۱، ص ۳۱۵)

## ب) امنیت

در قرآن کریم تأکید شده است که امنیت یکی از مصادیق شادی آفرین است؛ به عنوان مثال آیه  
هُوَ الَّذِي يُسَبِّرُكُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّىٰ إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرَيْنَ بِهِمْ بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِن أُنجِيتَنَا مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ (یونس/۲۲)؛ او کسی است که شما را در خشکی و دریا سیر می‌دهد؛ زمانی که در کشتی قرار می‌گیرید، و بادهای موافق آنان را (بسوی مقصد) حرکت میدهد و خوشحال می‌شوند، ناگهان طوفان شدیدی می‌وزد؛ و امواج از هر سو به سراغ آنها می‌آید؛ و گمان می‌کنند هلاک خواهند شد؛ در آن هنگام، خدا را از روی اخلاص می‌خوانند که: «اگر ما را از این گرفتاری نجات دهی، حتماً از سپاسگزاران خواهیم بود! تا هنگامی که در کشتی قرار می‌گیرید و بادهای موافق سرنشینان کشتی را آرام آرام به سوی مقصد حرکت می‌دهند و همه شادمان و خوشحالند (تفسیر نمونه، ج ۸، ص ۲۵۸) وبخاطر این آسایش و امنیت شادی و سرور سرنشینان کشتی را در بر گرفت (فی ظلال القرآن، ج ۳، ص: ۱۷۷۴)

## ج) هدایت الهی

یکی دیگر از سرمنشاهای شادی بهره‌مندی از هدایت خداوند است؛ فلما جاء سليمان قال اتمدونني بمال فما آتاني الله خيراً مما آتاكم بل انتم بهديتكم تفرحون (نمل/۳۶)؛ «هنگامی که (فرستادگان ملکه سبا) نزد سلیمان آمدند گفت: می‌خواهید مرا با مال کمک کنید (و فریب دهید) آنچه خدا به من داده از آنچه به شما داده بهتر است بلکه شما هستید که به هدایایتان خوشحال می‌شوید.» سه وجه برای این عبارت «بَلْ أَنْتُمْ بِهَدِيَّتِكُمْ تَفْرَحُونَ» می‌توان ذکر کرد خداوند دینی را آورده که نهایت سعادت است در مقابل



## ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مال دنیا ارزشمندتر است مورد دوم شما به اینهدایت خوشحال هستید از این جهت که توانایی هدایت دیگران را نیز به شما داده است و سوم اینکه گویی گفته می شود که حق شماسست که هدایت خود را بگیری و به آن شاد باشی (تفسیر الکبیر، ج ۲۴، ص ۵۵۵) یعنی (حضرت سلیمان گفت) بر شما جایز است که مسرور و خوشحال باشی زیرا هدیه شما برای شما ارزشمند است نه برای من. در حالی که چیزی که خداوند به من داده (هدایت) بهتر از هدیه شماسست (التحریر و التنویر، ج ۱۹، ص: ۲۶۳)

### (د) مال دنیا

یکی دیگر از سرمنشا شادی مال دنیا است که البته از نظر قرآن نمی تواند شادی پایدار را به همراه بیاورد؛ اللَّهُ يَبْسُطُ الرِّزْقَ لِمَنْ يَشَاءُ وَيَقْدِرُ وَفَرَحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ (رعد/۲۶) «خدا رزق و روزی را برای هر کس بخواهد وسیع و برای هر کس بخواهد تنگ قرار می دهد اما آن ها به زندگی دنیا شاد (و خوشحال) شدند در حالی که زندگی دنیا در برابر آخرت متاع ناچیزی است». بهره مندی از دنیا و مواهب الهی نیکوست، اما دلبستگی به دنیا و آن را هدف نهایی خود قرار دادن زینده انسان مؤمن نیست. قرآن وابستگی و دلبستگی به دنیا را یکی از عوامل مؤثر در ایجاد غم و اندوه می داند و آن را به شدت مورد نهی قرار داده است. و به آنچه در دنیا به آنها ارزانی داشت شادمان شدند، لذت شرارت و ناپسندی، نه لذت لذت از فضل خدا و فضل او بر آنان، (الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل، ج ۲، ص ۵۲۸)

همچنین در داستان قارون به مال و ثروت به عنوان منشا شادی یاد شده است؛ إِنَّ قَارُونَ كَانَ مِنْ قَوْمِ مُوسَى فَبَغَى عَلَيْهِمْ وَأَتَيْنَاهُ مِنَ الْكُنُوزِ مَا إِنَّ مَفَاتِحَهُ لَتَنُوءَ بِالْعُصْبَةِ أُولَى الْقُوَّةِ إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ (قصص / ۷۶) «قارون از قوم موسی بود اما بر آن ها ستم کرد، ما آنقدر از گنج ها به او داده بودیم که حمل صندوق های آن برای یک گروه نیرومند مشکل بود. به خاطر بیاور هنگامی را که قومش به او گفتند: این همه شادی مغرورانه مکن که خداوند شادی کنندگان مغرور را دوست نمی دارد». کلمه "فرح" به معنای "بطر" تفسیر شده، و لیکن بطر، لازمه فرح و خوشحالی از ثروت دنیا است، البته فرح مفرط و خوشحالی از اندازه بیرون، چون خوشحالی مفرط آخرت را از یاد می برد، و قهرا بطر و طغیان می آورد، و به همین جهت در آیه شریفه: "و لَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ وَ اللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ"؛ و خوشحال نگردید به آنچه به شما داده است و خداوند دوست ندارد هیچ متکبر فخر کننده ای را. سوره حدید، آیه ۲۳. اختیال، و فخر را از لوازم فرح شمرده، و فرموده به آنچه خدا به شما داده خوشحالی مکنید، که خدا اشخاص مختال و فخور را دوست نمی دارد. و نیز به همین جهت است که در آیه مورد بحث نیز نهی از فرح را تعلیل کرده به اینکه خدا اشخاص خوشحال را دوست نمی دارد. (تفسیر المیزان، ج ۱۶، ص ۱۱۱)

خداوند در جایی دیگر دلخوشی و شاد بودن نسبت به مال دنیا را ناپسند دانسته زیرا پایدار نیست؛ ذَلِكَ بِمَا كُنْتُمْ تَفْرَحُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَبِمَا كُنْتُمْ تَمْرَحُونَ (غافر/۷۵) «این به خاطر آن است که به ناحق در زمین شادی می کردید و از روی غرور و مستی به



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

خوشحالی می‌پرداختید». در این آیه خداوند شادی و (فرح) را مقید به شادی در زمین کرده ولی (مرح) و بالیدن را مطلق ذکر کرده است چون (فرح) و شادی گاهی نیکو و ممدوح بوده و گاهی باطل می‌باشد ولی (مرح) و بالیدن مطلقا باطل است و مقصود چنین است: خداوند آنچه را که نسبت بشما انجام داده به جهت پاداش شادی ناحق شما است در حالی که پیامبران و اولیای حق دچار گرفتاری بوده‌اند و به خاطر این بوده که شما به خود بالیده و ناشکری و ناسازگاری می‌کردید (تفسیر مجمع البیان، ج ۲، ص ۳۰۴)

## ه) علم و آگاهی

فَلَمَّا جَاءَتْهُمْ رُسُلُهُم بِالْبَيِّنَاتِ فَرِحُوا بِمَا عِنْدَهُمْ مِنَ الْعِلْمِ وَحَاقَ بِهِمْ مَا كَانُوا بِهِ يَسْتَهْزِئُونَ (غافر/۸۳) «هنگامی که رسولان آن‌ها با دلایل روشن به سراغ آنان آمدند به معلوماتی که خود داشتند خوشحال بودند (و غیر آن را هیچ می‌شمردند) ولی آنچه را (عذاب) به سخره می‌گرفتند بر آن‌ها فرود آمد». علمی که آیه در مورد آن صحبت میکند علم بدون ایمان است که منجر به فتنه می‌شود و این رنگی از علم ظاهری است که منجر به غرور می‌گردد (فی ظلال القرآن، ج ۵، ص ۳۱۰۱) همچنین منظور از علم اطلاعاتی است که از زینت زندگی دنیا و فنون تدبیری است که برای به دست آوردن آن داشتند، و خدای سبحان این فنون تدبیر را "علم" نامیده، تا بفهماند غیر از آن علمی نداشتند، هم چنان که در جای دیگر فرموده: "يَعْلَمُونَ ظَاهِرًا مِنَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ عَنِ الْآخِرَةِ هُمْ غَافِلُونَ" تنها ظاهری از زندگی دنیا را می‌دانند و اما از آخرت غافلند. سوره روم، آیه ۷. و نیز فرموده: "فَاعْرُضْ عَنْ مَنْ تَوَلَّىٰ عَنْ ذِكْرِنَا وَلَمْ يُرِدْ إِلَّا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا ذَلِكَ مَبْلَغُهُمْ مِنَ الْعِلْمِ". پس دیگر به اینان مپرداز که از ذکر ما رویگردانده‌اند و به جز زندگی دنیا نمی‌خواهند، چون علمشان همین مقدار است (سوره نجم، آیه ۲۹ و ۳۰) و مراد از فرحشان از علمی که دارند، غرور و خودپسندی ناشی از زرنگی و علم ظاهری است که در اداره زندگی خود دارند. (تفسیر المیزان، ج ۱۷، ص ۵۳۹)

اما در نهایت یکی از مؤلفه‌های تعیین کننده شادی تدین و معنویت است. از همان ابتدای شکل گیری کاوش های کاربردی، تحقیقات در زمینه رابطه تدین و سلامت روانی، اغلب بیانگر رابطه مثبت میان آن دو بوده است. باور به اینکه خدایی هست که موقعیت‌ها را کنترل می‌کند و ناظر بر اعمال بندگان خویش است تا حد زیادی اضطراب را کاهش می‌دهد. در واقع ارتباط با یک منبع فنا ناپذیر چشم انداز مثبتی را در زندگی فرد ایجاد می‌کند و روح تازه ای از امید و نشاط در او می‌دمد.





## سوال سوم

### تأثیر شادی و تفریح در زندگی فردی و جمعی انسان چیست؟

از نظر قرآن کریم حالت شادی خودش نتیجه اعمال خوب یا بد است که در نهایت منجر به ایجاد آرامش در انسان شود؛ هر چند که قرآن در مورد تأثیر شادی در زندگی انسان چندان صحبت نکرده است ولی با مراجعه به آیاتی که مسئله گردش و سیر در زمین می پردازند بیشترین تأثیر گردش و تفریح را بصیرت آفرینی می داند و این گردش چه سفر در زمین، چه مراجعه به آثار تاریخی و چه طبیعت گردی باشد در آیات متعددی از قرآن خداوند دستور داده در زمین سیر کنید (سوره آل عمران، آیه ۱۳۷، سوره انعام، آیه ۱۱، سوره نمل، آیه ۳۶) و در آن گردش کنید از جمله فرمود: «و میان آنها و شهرهایی که برکت داده بودیم، آبادیهای آشکاری قرار دادیم و سفر در میان آنها را به طور متناسب (با فاصله نزدیک) مقرر داشتیم (و به آنان گفتیم: شبها و روزها در این آبادیها با ایمنی کامل، سفر و گردش کنید) (سوره سبأ، آیه ۱۷ - ۱۸)

آیاتی که دستور می دهد در بین گیاهان گردش کنید و در کیفیت خلقت آنها دقت کنید، از جمله فرمود: «اولم یروکم انبتنا فیها من کل زوج کریم؛ آیا آنان به زمین نگاه کردند که چه قدر از انواع گیاهان پر ارزش در آن رویانندیم؟» (سوره شعراء، آیه ۷)

نیز فرمود: «اولم یروا انا نسوق الماء الی الارض الجرر فنخرج به زرعاً تأکل منه انعامهم و انفسهم افلا یبصرون؛ آیا ندیدند که ما آب را به سوی زمینهای خشک می رانیم و به وسیله آن زراعتهایی می رویانیم که هم چهارپایانشان از آن می خورند و هم خودشان تغذیه می کنند، آیا نمی بینند؟» (سوره سجده، آیه ۲۷)

و همین طور از انسانها خواسته شد که به دریا نظر کنند و از انواع جنبندگان عبرت بگیرند، از جمله می فرماید: «در آفرینش آسمانها و زمین، و آمد و شد شب و روز، و کشتیهایی که در دریا به سود مردم در حرکتند، و آبی که خداوند از آسمان نازل کرده، و با آن، زمین را پس از مرگ زنده نموده، و انواع جنبندگان را در آن گسترده و (همچنین) در تغییر مسیر بادها و ابرهایی که میان زمین و آسمان مسخرند، نشانه هایی است (از ذات پاک خدا و یگانگی او) برای مردمی که عقل دارند و می اندیشند» (سوره بقره، آیه ۱۶۴)



## نتیجه

با بررسی آیات قرآن درباره نیاز انسان به شادی و تفریح از منظر قرآن این

## نتیجه گیری

این نوشتار با در مورد نیاز انسان به شادی در قرآن و هدف پاسخگویی به سوالات؛ آیا قرآن کریم به نیازهای انسان به شادی و تفریح اشاره کرده است؟؛ قرآن کریم چه راهکارها و مصادیقی را برای شادی و تفریح ذکر کرده است؟؛ تأثیر شادی و تفریح در زندگی فردی و جمعی انسان چیست؟ به نتایج زیر دست یافت؛

- ۱- قرآن کریم با ۹ واژه در آیات متعددی به مفهوم شادی اشاره داشته است البته در مورد تفریح نیز مسئله سیر و گردش در زمین را بیان کرده است این مسئله حاکی از این است که قرآن اهمیت خاصی به این حالت فطری انسان داده است.
- ۲- از نظر قرآن شادی می تواند هم علت خوب و علت بد داشته باشد و انسان باید به دنبال عوامل شادی افزین پایدار باشد است اما آنچه که باعث شادی پایدار و همیشگی می شود منتسب به خداوند باشد مواردی مانند تلاوت قرآن کریم، هدایت الهی از این دسته است. البته به موارد و منشا های شادی ناپایدار نیز اشاره می کند مانند مال دنیا، علم و آگاهی.
- ۳- قرآن کریم در مورد تاثیرات شادی در انسان و جامعه به صراحت نپرداخته است؛ البته با توجه به اینکه کتاب هدایت است اگر به این حالت انسانی پرداخته بیشتر در جهت امید آفرینی در انسان بوده است از طرفی اگر آیات سیر و گشت و گذار در زمین را در جهت تفریح بدانیم هدف از آن را بصیرت آفرینی در انسان است.



# ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر



ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

منابع

قرآن کریم

۱. ابن عاشور، محمدطاهر، تفسیر التحریر و التنویر المعروف بتفسیر ابن عاشور، ۳۰ جلد، مؤسسه تاریخ العربی - لبنان - بیروت، چاپ: ۱، ۱۴۲۰ ه.ق.
۲. ابوحيان، محمد بن يوسف، البحر المحيط في التفسير، ۱۱ جلد، دار الفكر - لبنان - بیروت، ۱۴۲۰ ه.ق.
۳. آلوسی، محمود بن عبدالله، روح المعانی فی تفسیر القرآن العظیم و السبع المثانی، ۱۶ جلد، دار الکتب العلمیة، منشورات محمد علی بیضون - لبنان - بیروت، چاپ: ۱، ۱۴۱۵ ه.ق.
۴. زمخشری، محمود بن عمر، الکشاف عن حقائق غوامض التنزیل و عیون الأقاویل فی وجوه التأویل، ۴ جلد، دار الکتب العربی - لبنان - بیروت، ۱۴۰۷ ه.ق.
۵. طباطبایی، محمدحسین، ترجمه تفسیر المیزان، ۲۰ جلد، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی - ایران - قم، ۱۳۷۴ ه.ش.
۶. طبرسی، فضل بن حسن، ترجمه تفسیر مجمع البیان، ۲۷ جلد، فراهانی - ایران - تهران.
۷. فخر رازی، محمد بن عمر، التفسیر الکبیر (مفاتیح الغیب)، ۳۲ جلد، دار إحياء التراث العربی - لبنان - بیروت، ۱۴۲۰ ه.ق.
۸. قطب، سید، فی ظلال القرآن، ۶ جلد، دار الشروق - لبنان - بیروت، ۱۴۲۵ ه.ق.
۹. مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، ۲۸ جلد، دار الکتب الإسلامیة - ایران - تهران، ۱۳۷۱ ه.ش.