



گفت و گویی در باب احساس و تعریف رضایت از زندگی

کدام رضایت کدام زندگی



میزان رضایت از زندگی نزد شهروندان رتبه ۱۱۲ دارد.

طرح نوآور رضایتمندی گرچه مفهومی اساساً نسبی است اما می‌توان همین مفهوم نسبی را نیز به جهان ریاضی کشفیاتید و آمارهایی دربارهاش منتشر کرد آنچنان که تازه‌ترین رتبه‌بندی منتشر شده توسط یک نهاد بین‌المللی نشان داده‌است. ایران میان ۱۵۸ کشور دنیا در میزان رضایت از زندگی نزدیک و رواندانی رتبه ۱۱۲ دارد. در جایی که همه انسان‌ها حق دارند درباره زندگی حرف بزنند و از این که چقدر از زندگی خود راضی یا ناراضی اند سخن بگویند، بر آن شدیم تا خوانندگان را به مطالعه بحثی در این باره که چند شهروند عادی ایرانی با یکدیگر انجام داده‌اند، دعوت کنیم. مطلب پیش‌رو ما حاصل گفت‌وگوی چند روزنامه‌نگار از دست‌اندرکاران گروه طرح‌روزنامه شهروندان است که به‌بهانه موضوع رضایت از زندگی با یکدیگر به بحث و تبادل نظر پرداخته‌اند. ششادنی خوششکار، سارا شمیرانی، حمیدرضا ضابطی، محبتی، پارسا رضامجو و مسعود رفیعی طالقانی در این گفت‌وگو مشارکت کرده‌اند که بخش‌هایی از آن را ادامه می‌خوانید...

● ● ●

مسعود: بود که نیست ابتدا برای شروع بحث، هر کدام از ما به‌عنوان شهروندی که طبق وضع اقتصادی، فرهنگی، سیاسی و هویتی خاص در جامعه ایرانی زندگی می‌کنیم و از بدو تولد به این‌سو درون چیزی هستیم که از آن به‌عنوان زندگی یاد می‌کنیم. تعریف «رضایت از زندگی» را از ارضیه کنیم. بگذاریم برای آنکه بتوانیم قضیه را به گونه‌ای صورتبندی کنیم بحث را با چند پرسش آغاز کنیم. فکر می‌کنید ما باید رضایت از زندگی را در کجا ببینیم؟ در دنیایی که خودمان می‌سازیم؟ یا دنیایی که برایمان ساخته شده‌است؟

محبتی: اگر قرار باشد تعریف خاصی از این موضوع ارائه کنیم، شاید سخت باشد اما این تعریف در قالب سوال طرح می‌کنم. سوال این است آیا باید رضایت از زندگی را از ماهیچه‌ی چون شادی، خوشبختی و آرامش جدا کرد یا نه؟ من معتقدم نه می‌شود گفت رضایت از زندگی خوشبختی است و نه می‌توان گفت رضایت از زندگی آرامش است و به همین ترتیب، نمی‌توان گفت رضایت از زندگی شادی است البته از آن‌سو هم نمی‌توانیم بگوییم! اینها نیستند اگر بخواهم تعریفی نزدیک به واقع که به نظر خودم هم نزدیک باشد، ارائه کنم. رضایت از زندگی را در چیزهایی می‌دانم که انتظار و آرزو دارم به آنها برسم و انگیزه و امید برای رسیدن به آنها هم وجود داشته باشد. به همین دلیل معتقدم هرچه امید برای رسیدن به آرزوها بیشتر باشد، رضایت از زندگی بیشتر و هرچه کمتر باشد، رضایت کمتر از زندگی خواهد داشت.

سارا: تعریف من برای رضایت از زندگی، حس درونی است که آدم‌ها دارند. این موضوع، بیشتر به حس و حال آدم‌ها برمی‌گردد این که هم ایده داشته باشید و هم حالت خوب باشید و فکر کنید هیچ مشکلی نیست. به نظر من این رضایت از زندگی است. من این موضوع را خیلی پیچیده نمی‌بینم و فکری که کم یک حس خوب است. **ششادنی:** تعریف من برای این بحث، چند پارامتر دارد. من تصور می‌کنم، شاید نتوان تعریف کلی‌ای از رضایت از زندگی کرد. چون این موضوع مفهومی نسبی است و بستگی به برخی متغیرها دارد، مثل این که کجای زندگی می‌کنید، چطور آدمی هستید و اهدافتان چیست. رضایت از زندگی به این برمی‌گردد که سطح زندگی افراد چطور است؟ خودتان را کجا می‌بینی. اگر قرار باشد برای خودم تعریف کنم یعنی برای جوانی که در یک کلاشهر زندگی می‌کند، رضایت از زندگی برای من وقتی معنی پیدا می‌کند که همین‌ها داشته باشم و می‌توانم از آن لذت ببرم. اما آنچه در تعریف من از رضایت از زندگی وجود دارد، این است که رضایتمندی، بویژه رضایت از زندگی، از جنس حس است. برای این موضوع تأکید دارم این موضوع از دیدگاه خودم و به صورت ابتدا به سکان عرض می‌کنم، بدون این که درباره آن جستاری انجام داده باشم و به همین دلیل شاید بسیار نزدیک به آن چیزی است که در خوانش من از زیست در جامعه‌ای مانند جامعه امروز ایران وجود دارد. با

این وجود تعریفی که در خوانش من وجود دارد این است که میزان رضایت از زندگی، حسی است که فرد نسبت به موقعیت فعلی خود دارد و این که تصور کند موقعیت باقیه او در جامعه چه می‌تواند باشد. به همین دلیل در تصور او از موقعیت زندگی خود تأکید است که قطعاً اگر قرار بر سنجش چنین موضوعی باشد، میزان رضایت به پارامترهایی در زندگی شخصی افراد بستگی خواهد داشت. به این معنا که رضایتمندی از زندگی داشته باشید اما از پارامترهای سیاسی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی دخیل در زندگی او نام نبرید و آنها را مغفول نگه دارید. این موضوع را می‌توان به تأسیع بیشتری بیان کرد. فرض کنید فردی در جایی که نقشی خاص اجتماعی به‌عنوان معلم، پزشک، کارگر یا... حاضر باشد. این فرد نسبت به آنچه هست یا آنچه (با توجه به امکانات جامعه) در آینده می‌خواهد باشد، احساسی دارد از احساسی که بر اساس چشم‌اندازی که پیش‌رو دارد (که بر اساس وضع موجود و مطابق استعدادهای اجتماعی شکل گرفته است. اگر این چشم‌انداز، احساس خوبی در او به وجود آورد و امیدوار کننده باشد، میزان رضایتمندی او از زندگی مناسب‌است و اگر این چشم‌انداز، مبهم، تیره و غیرقابل اعتماد باشد، احساس او ناخوشایند است و به همان اندازه میزان رضایتمندی فرد از زندگی تقلیل خواهد یافت. در این مسیر برای این که بر این نکته تأکید کنم رضایت از زندگی موضوع شخصی است، مگر آنکه عرض می‌کنم، فردی را تصور کنید که در یک روستای دور افتاده و به دور از امکانات زندگی می‌کند و در مقابل کسی که هست که در شمال شهر تهران با امکانات مادی فراوان روزگار می‌گذراند. سوال این است آیا دلیلی وجود دارد که

میزان رضایت از زندگی فرد روستایی کمتر از شمال شهر نشین تهرانی باشد؟ بنابراین بر این اعتقاد استوار هستم که میزان رضایتمندی افراد از زندگی به چشم‌انداز پیش‌روی افراد و دنیایی که آنها برای خود ساخته‌اند، بستگی دارد که موضوعی کیفی است. اگر قرار باشد نقطه پایانی قرار دهیم، این بخش از بحث‌هایمان قرار دهیم. بر این نکته تأکید می‌شود که میزان رضایتمندی از آنچه هستید و آنچه می‌توانید باشید، رضایت از زندگی را برای شما تعریف می‌کند، به همین دلیل است که این موضوع، به پارامترهای پیرامونی زندگی افراد که از فردی به فرد دیگر متفاوت است، بستگی دارد. **رضاء:** من معتقدم رضایت از زندگی بیشتر از آنچه به امروز و فردا بستگی داشته باشد، به دیروز و گذشته مربوط است. همان حس‌هایی که تاکنون دوستان درباره آن صحبت کردند، در محیط آرزوها که شکل نمی‌گیرد. ما اجدادمان هم روی حس‌هایی که رضایتمندی از آن داشتیم زندگی داریم، موثرند. این بحث در جوامع مختلف هم برداشت‌های متفاوتی در پی خواهد داشت، به این معنا که امن است که در جامعه ایرانی از این صحبت می‌شود «با من» در جامعه انگلستان یا آمریکا متفاوت است و معتقدم این موضوع، به ۲۰۰ میلیون فاکتور بستگی دارد. به همین دلیل معتقدم اگر امروز ما رضایت از زندگی نداشته باشیم، گذشته بیش از هر چیز متهم است چون هدف‌گذاری ما برای آینده به‌زمان حال بر نمی‌گردد. **مسعود:** گذشته متهم است، یعنی این که متلاعملکرد کورس کبیر، در رضایت از زندگی امروز ما دخیل است؟ **رضاء:** می‌تواند باشد. یکی از دلایل می‌تواند عملکرد خوب مثلاً کورس کبیر باشد و اتفاقاتی که بعداً افتاد و حالا به همین دلیل عدماهی از ایرانی‌ها احساس سرخوردگی و شکست می‌کنند. یک‌سری از این آدم‌ها ممکن است برای چنین موضوعی توه هم خرد نکنند و برخی دیگر به آن اهمیت فراوان بدهند. آنها وقتی وارد جامعه می‌شوند، با تمام پارامترهای اقتصادی، سیاسی و فرهنگی وجود بزرگ شده‌اند که بر آنها تأثیر گذاشته‌است، به همین دلیل این سوال مطرح می‌شود که در این احساس شکست و سرخوردگی آیا همه به یک اندازه احساس شکست می‌کنند؟ یعنی غیر از تأثیر همه این پارامترها، موضوع دخیل اینچنینی، به‌ما احساسی متفاوت از موضوعی ثابت بود، حتی در یک کشور می‌تواند احساسات متفاوتی در

شرایط ثابت برای افراد به وجود آید. **حمیدرضا:** تصور من این است در رضایت از زندگی، گذشته نمی‌تواند نقش داشته باشد البته این موضوع به معنای مطلق نیست یعنی تأثیر آن را به‌طور مطلق رد نمی‌کنم اما این موضوع اهمیت دارد که آن فرد از منظر شخصی و شخصیتی چطور آدمی باشد و بسته به این موضوع می‌تواند گذشته هم در میزان رضایتمندی او از زندگی (احتمالاً بسته به مقایسه‌هایی که در سال‌های مختلف انجام می‌دهد) تأثیر بگذارد. این به این معناست که ارزش‌ها و موضوعاتی که به لحاظ معنایی برای او اهمیت دارد، چطور ایجاد شده‌است (که از قبلش گذشته عبور می‌کند) و همین امر ممکن است در میزان رضایت از زندگی در او تأثیر داشته باشد.

رضاء: آن فرد کجا شکل می‌گیرد، او در گذشته شکل می‌گیرد و با همان ارزش‌ها که در گذشته بوده! **حمیدرضا:** ببینید گذشته به این معنا که بتواند در ارزش‌های امروزی فرد بر سبب رضایت از زندگی تأثیرگذار باشد، منتفی است مثلاً با احترام ویژه‌ای که برای روستاییان قابل هستم اما ممکن است برای فردی که در یک روستای دور دست زندگی می‌کند اهمیت نداشته باشد کورس کبیر چه کرده‌است؟ حتی عملکرد متاخرین هم در رضایتمندی از زندگی او تأثیر ندارد.

رضاء: گذشته را به یک موضوع تخصصی نمی‌دهم و حتی این گذشته به همین دیروز هم قابل تعمیم است. **حمیدرضا:** به نظر من موضوعی که مفاوشش کردیم، جدا این است که رضایت از زندگی را از قالب شخصی، جدا می‌بینیم. اگر به بخش اول صحبت‌ها توجه کنید، آن‌جا عرض شد که پیرامون افراد، پارامترهای مختلفی وجود دارد. در محیط پیرامون «مسموده» ۱۰ پارامتر وجود

دارد که بر رضایتمندی او از زندگی مؤثر است اما پیرامون فردی به نام «حمیدرضا» یا هر فرد دیگر، ۵ پارامتر مؤثر وجود دارد که البته ممکن است در این پارامترها گذشته هم وجود داشته باشد. **رضاء:** به نظر من رنگ گذشته در رضایتمندی از زندگی، برزنگتر است. احساس را به نظر من نه گذشته در رضایت از زندگی مؤثر است آن‌ساده بلکه معتقدم، این حال است که این احساس را به وجود می‌آورد. **رضاء:** این حال که شما می‌گویید اکنون که به وجود نیامده است، ریشه در گذشته دارد به همین دلیل است که من بر این موضوع تأکید دارم. گذشته بر اساس آن رضایت از زندگی سنجیده می‌شود. به همین دلیل این موضوع گذشته است.

ششادنی: به نظر من آن چیزی که پایه سنجش قرار می‌گیرد محیط پیرامونی ما در مقایسه با آدم‌های دیگر است. من اگر قرار باشد یک عامل را نام ببرم که در قضاوت افراد درباره میزان رضایت از زندگی نشان ملاک قرار می‌گیرد، برابری با آدم‌هایی است که همسطح او هستند. یعنی در توانایی‌ها و استعدادها یک مجموعه با هم یکسان هستند اما وقتی می‌بینند در چنین وضعی، مطابق استعداد و توانایی‌ها جایگاه ندارند و افراد همسطح شما به موقعیت‌هایی که از نظر شما مناسب هستند، رسیده‌اند احساس نابرابری خواهد کرد که بر رضایت شما از زندگی تأثیر می‌گذارد. اینها همه در حال اتفاق می‌افتد. **سارا:** موضوعی که مطرح شد بر مقایسه در باره افراد دیگر تأکید داشت و من اعتقاد دارم در میزان رضایت از زندگی نباید بر مقایسه با افراد تمرکز داشت.

ششادنی: با این برداشت متخالف چر نباید مقایسه کرد؟ ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که این مقایسه‌ها وجود دارد. من وقتی می‌بینم در سطح خاصی از تحصیلات هستم و در موقعیت اجتماعی مشخصی قرار دارم اما می‌بینم فرد دیگری که از همه لحاظ شبیه من است اما چیزهای بیشتری در زندگی به دست آورده، این موضوع بر رضایت من از زندگی تأثیر خواهد گذاشت. **رضاء:** این مقایسه، مقایسه‌های فعالانه نیست. این مقایسه خود به خود اتفاق می‌افتد و اینگونه نیست که من انتخاب کنم مقایسه انجام دهم یا خیر. فضا به شما اجازه نمی‌دهد که مقایسه نکنید. سارا: من معنی این قیاس را نمی‌فهمم. حکما که نباید خود را با دیگران قیاس کنید. شما می‌توانید

برنامه‌های خاص خود را داشته باشید. به نظر من این قیاس است که باعث مشکل می‌شود. **مسعود:** دولت فعالانه قیاس کنید یعنی این می‌تواند انتخاب شما باشد.

رضاء: شما در مسیر این قیاس قرار می‌گیرید و فعالانه بودن آن را قبول ندارم. **حمیدرضا:** تصور می‌کنم قیاس هم اگر صورت بگیرد و بخواهید بر اساس قیاس رضایتمندی خود را از زندگی بسنجید، باز هم این شما هستید که قیاس می‌کنید و مبنای مقایسه هم به‌طور قطع، نظرگاه شماست که طی سال‌های مختلف به وجود آمده‌است. به این موضوع توجه کنید که یک فرد ماهیانه ۵۰۰ هزار تومان درآمد دارد و حقوق کمتر خود را با دیگری مقایسه می‌کند این احتمال وجود دارد که چون مبنای مقایسه‌اش چیز دیگری است، رضایتمندی بیشتری از فرد مذکور داشته باشد. اگر قیاس را مبنای مقایسه قرار داد این چند پارامتر اقتصادی سیاسی اجتماعی و فرهنگی است. من می‌گویم اگر سوالم این باشد که با چه پارامتری میزان رضایت از زندگی را می‌سنجیم که به سنجشی وجود دارد و چه پارامتری را می‌سنجیم که برگزید و تأکید کرد که اینها سنگ محک ما برای سنجش میزان رضایت از زندگی هستند؟ و بر اساس اینها نیست که بگوییم چه میزان رضایت از زندگی داریم. پارامترهایی که پیشان در زمین است و روحی و روانی و متافیزیکی نیستند. آیا اینگونه به قضیه نگاه کنیم بهتر است یا این که باید بگوییم هر فرد خودش می‌تواند به صورت فردی و قائم به شخص بگوید رضایت از زندگی دارد یا خیر. این موضوع اصلی است که من دنبال پاسخ

رضاء: من معتقدم ما فقط می‌توانیم تقرب بزینم و بنا به پارامترهایی که شما قنقدید میزان رضایتمندی را بسنجیم. به‌عنوان نمونه به این مقایسه توجه کنید، دو فرد را در نظر بگیرید که یکی از آنها بیمار توجه است و دیگری وضعیت سلامتی اجتماعی و اقتصادی خوبی دارد (با هر تعریفی که شما از این وضع خوب دارید) و هر دو هم در جامعه‌ای با شرایط یکسان از نظر شفلی، امنیت و روابط زندگی می‌کنند. می‌شود چنین فردی را پیدا کرد که آن بیمار، سرخوشی داشته باشد و از زندگی اش رضای بیشتری داشته باشد یا آن بیمار در حال اتفاق اگر بقیتمند می‌توان گفت اگر بر اساس این پارامتر میزان رضایتمندی را بسنجیم و آن را مبنای قرار دهیم، فقط می‌توان گفت به فرمول دقیق تری رسیده‌ایم نه فرمول کامل‌الدقیق.

محبتی: من معتقدم این پارامترها را نمی‌توان از حالت فردی خارج کرد یا حداقل نمی‌توان گفت رضایتمندی از زندگی شخصی نیست چون در همان مورد که رضامثال زادم بیمار می‌گوید از زندگی رضای است و وقتی در او زان‌های بزرگی مانند سنجش هورمون لذت را انجام دهیم می‌بینیم درست می‌گوید، به همین دلیل من معتقدم احساس رضایت از زندگی فردی است. **حمیدرضا:** چرا این موضوع چون سنجش از نوع احساس است، موضوع متافیزیکی محسوب می‌شود این رهگذر احساس را نظیر به موضوعات مادی را تباط مطلقی پیدا نمی‌کند بلکه به نظام موضوعات متافیزیکی و روانی بیشتر دخیل هستند.

ششادنی: من این حالت را طور دیگری تحلیل می‌کنم. آن آدمی که در روستا زندگی می‌کند در واقع به نسبت آگاهی‌اش از دنیای اطراف خود و زندگی‌های دیگر، آنگاه محدودتری برای ابزار رضایتمندی دارد. **ادامه در صفحه ۱۲**

در ضرورت اصلاح سبک زندگی

می‌کنند. مردم کار می‌کنند، تولید ثروت می‌کنند و بخشی از ثروت تولید شده را به دولت مالیات می‌دهند و دولت از محل مالیات دریافتی از مردم، به‌بخش ناتوان جامعه کمک می‌کند.

تفاوت اساسی باور ما با جهان به اصطلاح اول و پیشرفته این است که مردم در این کشورها خود را عامل پیشرفت و توسعه خود می‌دانند و با تلاش مستمر و طی سالیان طولانی وضع اقتصاد کلان کشورشان را به شرایط مطمئن و قابل اتکاء رساندند و اکنون نیز که در شرایط مطلوب بسر می‌برند، بازم خوب کار می‌کنند و در مصرف نسبتاً مقتصدهستند.

در آلمان پس از جنگ جهانی دوم، زنان برای رفع گرسنگی و مشارکت در سازندگی کشورشان روزانه ۱۲ ساعت کار بی‌وقفه انجام می‌دادند تا ۱۰۰ گرم نان خشک برای معاش روزانه‌شان داشته باشند. الان با وجود تمامی پیشرفت‌ها، بازم دست از کار و تلاش بر نمی‌دارند. اگر به رضایت مادی از زندگی بازگردیم، تنها باید تولید ثروت و بالا بردن شاخص‌های سلامت و آموزش و رشد فرهنگی

در زمینه‌های مختلف می‌توان به آن دست یافت که آن هم بیشتر به عملکرد عموم مردم بستگی دارد. ۲۵ روز آن تعطیل مناسبتی است و بین تعطیلین هم باب شده، آیا می‌توان انتظار تولید ثروت و بالا بردن درآمدی عمومی را داشت؟ این درحالی که در کشورهای پیشرفته مثل آمریکا تنها ۷ روز تعطیلات مناسبتی

تفاوت اساسی باور ما با جهان به اصطلاح اول و پیشرفته این است که مردم در این کشورها خود را عامل پیشرفت و توسعه خود می‌دانند و با تلاش مستمر و طی سالیان طولانی وضع اقتصاد کلان کشورشان را به شرایط مطمئن و قابل اتکاء رساندند

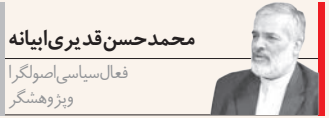
دارند. در انگلستان ۸ روز، در آلمان و فرانسه تنها به ۱۰ روز می‌رسد. اگر به ساعت کار مفید هم نگاهی بیندازیم در کشورهای تراز اول، از جمله اروپا حدود ۷ ساعت، در ژاپن ۸ ساعت و در کره جنوبی ۹ ساعت زمان انجام کار مفید روزانه محاسبه شده است. در ایران حدود ۲۲ دقیقه کار مفید اندازگیری شده است. این می‌تواند، پاسخ بسیاری از معضلات و مشکلات کلان مادر کشور باشد. در اکثر کشورهای اروپایی از هر ۴ نفر، ۲ نفر کار می‌کنند و در انگلستان از هر ۴ نفر، ۲ نفر در حال کار هستند. اما در ایران از هر ۴ نفر ایرانی تنها یک نفر با هزینه زندگی که در دوش می‌کشد، به علاوه ایرانی‌ها جزء اسراف‌کارترین مردم دنیا و نیز از نظر تنبلی اجتماعی بعد از اعراب مقام جهانی دارند. این بدین معناست که علاوه بر اسراف در مصرف، تولید مفیدی هم صورت نمی‌گیرد و در آمدی هم برای تولید ثروت مورد نیاز تأمین نمی‌شود.

در کنار تمامی این ساختارهای سنتی که فرهنگ ما رسوخ یافته است، باید به نقش رسانه‌ها مخصوصاً جایگاه مفیدی ندارند. درحالی که فرد با کار و تلاش و ایفای نقش خود در جامعه مسیر پیشرفت و توسعه را رقم می‌زند هر چند آنچنان جایگاه بالایی نداشته باشد. این تغییر دیدگاه به کار و تولید توسط استعمارگران طی قرون اخیر برای چپاول منابع نفتی کشورهای نفت‌خیز ترسیم شده است تا تهرمی برای مقلبه با آنان به‌دست نیآورند. همچنین کشورهای نفت‌خیز نباید به قدرت و ثبات موقعیت در بخش‌های مختلف سیاسی، اقتصادی و فرهنگی داخلی

برخی از شغل‌ها منزلت واقعی خود را نمی‌یابند، زیرا از نظر عموم جایگاه مفیدی ندارند. در حالی که هر فرد با کار و تلاش و ایفای نقش خود در جامعه مسیر پیشرفت و توسعه را رقم می‌زند هر چند آنچنان جایگاه بالایی نداشته باشد

برای به‌دست آوردن رضایتمندی از زندگی باید سبک زندگی و نگاهمان به زندگی تغییر یابد. این مسئله‌زاد است که کار و تلاش تبدیل به ارزش شود و با تغییر این شاخص‌ها، دیدگاه‌های عمومی در سطح کلان تغییر جدی یابد. در بسیاری از موارد هم مردم، هم مسئولان و هم رسانه‌های گروهی نقش خود را بر اسراف بالاترین این شاخص‌ها به‌دورستی ایفا نکرده‌اند. زمان آن رسیده است تا دیگر «عمله» و «حامل» به‌عنوان ناسزا تلقی نشود.

بلکه جایگاه‌های سازماندهی افراد برای رضایت از زندگی و رسیدن به خواست‌های معقول به‌عنوان ارزش مورد تقدیر قرار گیرد.



محمد حسن قدیری ایبانه

فعال سیاسی و روزنامه‌نگار

رضایتمندی افراد به شناسایی نقش و وظیفه آنها در اجتماع بازمی‌گردد. تعریف از زندگی و میزان نقشی که فرد برای خود و دیگران در تحقق این رضایت قابل است، در بالا بردن این رضایتمندی مؤثر است. افرادی که برای تأمین معیشت، به‌دست آوردن شغل و تأمین نیازهای مالی و مادی خود منتظر می‌مانند، تا دیگران این زمینه را برای آنان فراهم سازند، معمولاً هیچگاه از زندگی خود راضی نمی‌شوند. آنها منتظر می‌مانند تا دولت و مسئولان تمامی امکانات رفاهی و مورد نیاز آنها را برایشان فراهم سازند و اگر شرایط منطقی برخواست‌های آنها نباشد، به رضایت از موقعیت خود نمی‌رسند. برعکس کسانی که تأمین نیازهای خود را بر عهده دیگران نمی‌گذارند و با تلاش و کار خویش برای تحقق خواست‌هایشان تلاش می‌کنند، هیچگاه دچار سرخوردگی و ناکامی در زندگی نمی‌شوند. آنها موقعیت‌های بالقوه را با توانمندی‌ها و تلاش‌های خود به بالفعل تبدیل می‌کنند و منتظر نمی‌مانند تا شرایط با موقعیت آنها منطبق شود، بلکه خود سازنده موقعیت‌ها و فرصت‌هایی هستند که زندگی آنها را می‌سازد. ارزش‌ها و باورهای مردم در احساس خوشبختی یا عدم خوشبختی بسیار مهم است. از منظر حضرت علی (ع)، بهترین تفریح کار است و مردم ایران که معتقد به آن حضرت هستند به خوبی می‌مانند که باید به امر ایشان توجه ویژه داشته باشند. اما متأسفانه باور عمومی برعکس آن شده است و بهترین کار را تفریح می‌دانند. حال از نظر دین مبین اسلام، کار موجب عزت شال و مطابق با احادیث ۲۰ تا ۳۰ تا ۷۰ هزار تومان وقت می‌کند که فرد با حقوق کمتر خود را با دیگری مقایسه می‌کند این احتمال وجود دارد که چون مبنای مقایسه‌اش چیز دیگری است، رضایتمندی بیشتری از فرد مذکور داشته باشد. اگر قیاس را مبنای مقایسه قرار داد این چند پارامتر اقتصادی سیاسی اجتماعی و فرهنگی است. من می‌گویم اگر سوالم این باشد که با چه پارامتری میزان رضایت از زندگی را می‌سنجیم که به سنجشی وجود دارد و چه پارامتری را می‌سنجیم که برگزید و تأکید کرد که اینها سنگ محک ما برای سنجش میزان رضایت از زندگی هستند؟ و بر اساس اینها نیست که بگوییم چه میزان رضایت از زندگی داریم. پارامترهایی که پیشان در زمین است و روحی و روانی و متافیزیکی نیستند. آیا اینگونه به قضیه نگاه کنیم بهتر است یا این که باید بگوییم هر فرد خودش می‌تواند به صورت فردی و قائم به شخص بگوید رضایت از زندگی دارد یا خیر. این موضوع اصلی است که من دنبال پاسخ

تفاوت اساسی باور ما با جهان به اصطلاح اول و پیشرفته این است که مردم در این کشورها خود را عامل پیشرفت و توسعه خود می‌دانند و با تلاش مستمر و طی سالیان طولانی وضع اقتصاد کلان کشورشان را به شرایط مطمئن و قابل اتکاء رساندند

در کنار تمامی این ساختارهای سنتی که فرهنگ ما رسوخ یافته است، باید به نقش رسانه‌ها مخصوصاً جایگاه مفیدی ندارند. درحالی که فرد با کار و تلاش و ایفای نقش خود در جامعه مسیر پیشرفت و توسعه را رقم می‌زند هر چند آنچنان جایگاه بالایی نداشته باشد. این تغییر دیدگاه به کار و تولید توسط استعمارگران طی قرون اخیر برای چپاول منابع نفتی کشورهای نفت‌خیز ترسیم شده است تا تهرمی برای مقلبه با آنان به‌دست نیآورند. همچنین کشورهای نفت‌خیز نباید به قدرت و ثبات موقعیت در بخش‌های مختلف سیاسی، اقتصادی و فرهنگی داخلی

برخی از شغل‌ها منزلت واقعی خود را نمی‌یابند، زیرا از نظر عموم جایگاه مفیدی ندارند. در حالی که هر فرد با کار و تلاش و ایفای نقش خود در جامعه مسیر پیشرفت و توسعه را رقم می‌زند هر چند آنچنان جایگاه بالایی نداشته باشد

برای به‌دست آوردن رضایتمندی از زندگی باید سبک زندگی و نگاهمان به زندگی تغییر یابد. این مسئله‌زاد است که کار و تلاش تبدیل به ارزش شود و با تغییر این شاخص‌ها، دیدگاه‌های عمومی در سطح کلان تغییر جدی یابد. در بسیاری از موارد هم مردم، هم مسئولان و هم رسانه‌های گروهی نقش خود را بر اسراف بالاترین این شاخص‌ها به‌دورستی ایفا نکرده‌اند. زمان آن رسیده است تا دیگر «عمله» و «حامل» به‌عنوان ناسزا تلقی نشود.

بلکه جایگاه‌های سازماندهی افراد برای رضایت از زندگی و رسیدن به خواست‌های معقول به‌عنوان ارزش مورد تقدیر قرار گیرد.