اگر شـــادی های حم

قويت كننده بعضى از روابط اجتماعي هس

شادىھامانند تمامى اعمالى كەدر ھرجامعەبەقوام آن جامعە كمك مى كنند،مى توانندبەر وابط آن جامعەنيز

كمك كرده وباعث سرخوش شدن افراد جامعه شوند

این جزو کار کردهای سنتی لازم و ضروری برای جامعه است. ممکن است در طی زمان، بعضی از این کار کردها

از بین برود ولی چون جامعه به سمت مقولات خاصی میرود و طالب لذت و رفاه بیشتر است، اعمال سنتی

در جامعه جدید تقویت شده و مردم، بیشتر به آن توجه میکنند؛ چراکه ســرخوش کننده و رفاهدهنده است. مدرن ترین دولت، دولت رفاه اسـت. این دولت، دولتی

ست که سعی میکند تاحدامکان منابع معادت است که سعی میکند تاحدامکان منابع معادت دراختیار تمامی افراد قرار دهـ. یعنی با پیش بینی وقایع خطرنــاک در آینده سعی کند افــراد را بیمه کرده و زیر چتر رفاهی خود قرار دهد مســالل شادی

در زمره مقولات رفاه ذهنی است. در ست است که

دولتهای رفاه برای قابل اندازه گیری بودن خدماتشان،

جامعهای که نشاط ندار د

روبهخشونتمى آورد

چراشادىرا

5



دوشنبه ۳۱ فروردین ۱۳۹۴ | سال سوم | شماره ۵۴۴ | سمروید ۷

ر ۲۰۰۰ و ۲۰۰۰ و ۲۰۰۰ می بست، وی دهم، به نظر من دههایی که باموقعیتها و محیطهای مختلف نطبیق پیدانمی کنند، اغلب غمگین، ناراحت و

ابراهیم(کارمند۲۶ساله)،سعیمیکن

بروم که با روحیاتم ساز گار باشد، مثلا طبیعت،

گوشه گیرهستند.

نگاہ



چه عواملی در ایجاد شادمانی نقش دارند

## رابطه نشاط خانواده باايجادرفاهذهني توسط دولت

حُث سیاًست گذاری و هم در مباحث بررسی های جامعەشناختى،بەمقولات/رفاەذھنى توجەمى شود. مامىخواھيم شادباشيم،اماچگونە؟خيلى از ما،خودرا شادمى دانيم امانمى دانيم شادى خودر اچگونه بروز دهيم تادیگران مجبور نشوندماو شادی مارامدیریت کنند. لابد میپرسیدچهویژگی های تعیین کنندهای در یک جامعه،

يزان شادى ورفاه افراد آن جامعه را تعيين مى كند؟ .رای پاسخ به این پرسـش میتوان هم به عوامل بیرونی مانند شــرایط خانواده، محله زندگی، شرایط ،--رینی شــغلی، ســطح در آمد و نحوه گــذران اوقاتفراغت (ورزش-تفريحات ســالم) اشاره داشت و هم به عوامل رور ای کرد. درونی مانند سلامت جسمی (تغذیه مناسب)، روانی (اعتماد بهنفس-خنده و تبسم)، اجتماعی (پوشیدن

لباسنيكو)ومعنوى(ايمان-عبادت). امافكر كنيد كه بناست شادماني كنيم. چه بايد بكنيم؟ براى شادى مى توان اشكال گوناگون ومتنوعى

، «شادی های فولکلوریک» یا هنر ت. این نوع شادی طیفی از شر کت در مراسم همچون نقاله خوانی تا تجمعات و مراســــم فرهنگی۔ هنری امروزی راشامل میشود. نوع دوم شادی، «شادی های طبقاتی» است، انواعی

از مراسم وجود دارد که طبقات مختلف آن را برگزار میکنند. در گذشــته این قضیه بســیار رســم بوده و شادی ها بیشتر طبقاتی بوده به طور مثال افراد طبقه متوسط رو به بالا بیشتر از شرکت در مراسم موسیقی كلاسيك وطبقات پايين تراز رفتن به تماشاى فوتبال شادوسر خوش می شوند. نوع سوم شـادی ها که از نقاط تاریک جهان مدرن

امروزی بهشمار میآیند؛ «شادیهای فردی» هستند. این شــادی به علت آن که هیچ عنصر خود کنترلی بر آن نیست، می تواند خطرناک شــود. زیرا اگر به صُورت رفتار مکرر در آید جنب اعتیاد پیدا خواهد کرد.از بعد بامعهشناختى رفتارى هم كهجنبه اعتيادواجبار پيدا کند، از بعد شادی خارج شده و حالت آس

میگیرد اماشادیهای نوع چهارم «شادیهای جمعی» و در مُدمخ ب جای میگیرند. زمره آیین سنتی، جمعی و غیر مخرب جای می گیرند. درواقع هیچ گاه نمی تـــوان آیینی را ســراغ گرفت که بهعنوان سنتی و جمعی بر گزار شـود و ضرر و آسیبی داشته باشد.اگر شادیهای جمعی به نوعی خطرناک مے شوند، آنھا رفتار ہا و شادی ہای جمعی بے شکل و

به شـادی های تودموار و بی شکل را در چندین عامل یافتهاند. برخــی افراداز طریق ار تبــاط با دیگران (به وبرُه گروههای همستال ) که بعضا جامل هنجار ها ورفتارهای تبهکارانه نیز هستند، بزهکار یا تبهکار می شوند. در این زمینه می توان به رفتار دسته های شادی کننده در شادی های ورز شی و شبهای چهارشنبه سوری اشاره کرد. افرادی که در این جمع قرار می گیرند، شــاید در حالت عادی رفتار نابهنجار

برخی از متفکران نیز فقدان هنجارهای مجاز شادی برخی از متفکران نیز فقدان هنجارهای مجاز شادی راباعث بروز بی هنجاری در رفتار شادی می یابد. جوانان نر محیطهایی که شناخته می شوند، شادی نمی کنند ما به محض دور شــدن از محیط، در اغلب موار ددست به شـادیهای تودموار و نابهنجار میزنند. می توان با مقایسه رفتارهای جوانان در شادیهای جمعی علت مخرب و آسیبزابودن شـادیها را در نبود ههادهای شادی،خش تدبیری» چه در سطح حکومتی و چه در سطح مردمی یافت. می توان با الگوبرداری از نهادهای تدبیری ســـو گواری، به طرح توسعه نهادهای تدبیری شــادىبخش نيز پرداخت تا به ساماندهى شادىھاى جمعے نایل شویم.

اگر دولتها به بالابر دن سطح شادی در جامعه توجه کنند، در اجرای برنامههای خـود موفق ترند. برطرف كردن غم واندوه و بهوجود آمدن روحيه شـادى براى خانواده وجامعه از جنب دیگری هم ضرورت می یابد و آن این که غم و شــادی انسان فقط مربوط به خودش نىيىتبلكەباشادياغمگىن،ئىن يىنفر،تمامىجامعە تائىر مىيذىرد، يعنى غم ياشـادى، فردى نيست و در

یک القی می اندوبه همه افراد سرایت می کند. فرامــوش نکنیم کــه در بعد سیاســتگذاریهای اجتماعی، شــادی به خاطر نقشــی که در بهزیستی و رفاه دارد، از اهمیت بســیاری برخوردار است. مقولات . اهنی باعث می سوند حتی با وجود رفاه مادی، افراد دىھى بەھەمىسوىدىمى بورجر ر ــــــى ر احســاس بدبختى كنند منــلااگر تيم ملى كشــور ببــازد،افراداحســاس بدبختــى مىكننـــداگرچە از لحاظ دسترسمی به مسکن، شمغل و تغذیه مشکلی داه صاه د

شناســان دلایل تبدیل شادیهای جمعے ایرند. <u>سر</u> باشند، اما تحت تأثیر گروه همسال دست به شادى ھاىنابھنجارمىزنند.

ا می دن ریم اهمیت و ضرورت شـادی در برنامهریزیهـای قتصادی واجتماعی دولتهانیز خود رانشان می دهد،

دوسوالبرای کشف بیگانگی کافی است **بحران شادمانی نیاز به پر سش ندار د** در پژوهشی از تعدادی از افراد دو سوال پرسیده شده بود و جوابهایی که داده بودند نشان میداد

کردن و رفتن به پارک، سعی میکنم خودم را با محیط اطرافم منطبق کنم. سعی میکنم مثل یک مومی باشم که خودم را با محیط اطرافم حتی اگر ناشاد و غمگین باشد. وفق دهم. به نظر من کەچقىرىرىرى يى كەچقىرىردەماباشادىغريبند. سوال اول: براى اين كەشادباشيد، چە كارھايى انجاممی دهید؟ - فاطمه (۲۲ ساله دانشــجو)، خودم را سر گرم

ہی کنم،تلویزیوننگاہمی کنم، کتاب می خوانم،به گردش ومیهمانی، به پارک و سینمامی روم. - نسترن (۲۱ ساله دانشجو)، با خانوادهام تماس می گیرم، پیادەروىمى كنم. - مريم (۲۴)سالە دانشـجو)، موسيقى گوش

سکوتوآرامش راخیلی دوست دارم. - محمــد (۳۷ ســاله کارمنــد)، اص سر گرمیهای خاص یا صحبتهای خاصی شاد شدن امکان پذیر است. مثلا با خانواده یا به تنهایی به تفریح می روم یا بر نامههای طنز تلویز یون رانگاه مىدەم، بەپارك، سينمايابازارمىروم. - پريسا(۲۴ سـالەدانشجو)، بەمنزل دوستانم مىروم، موسـيقى گۈش مىدەم، باخانوادمام بە

گردش می روم. -احمد (۳۱ ســاله هنرمند)، بهترین چیز که ں --۱۰ سوال دوم: آخرین باری که از ته دل خندیدید، کی بود؟علت خنده تان چه بود؟ –فاطمه (دانشجو ۲۱ ساله) شب یلدا، جو ک هاو واقعا مرا شاد می کند زمانی است که بتوانم شخص دیگری راشاد کنم.در حقیقت شادی من شوخىهايى كەدراين شببود. شادی دیگران است. البته شادی هایی که جنبه ــر ــىسىي حـدرايىسببود. -نســترن (دانشـجو ۲۱ ســاله)، نمىدانـــم، خندەهايمظاهرىاست. بیرونی داشته باشـد، در جامعه ما کمتر وجود دارد. من کمتر جایی را میشناسـم که بتوانم -مريم (دانشـجو ۲۴ ساله) يک ساعت پيش با خواندن يک SMS. با کمترین هزینه بروم و شاد باشم. مگر انسان ثروتمندباشی تابتوانی از فضاهای تفریحی سالم

-ىرىسا(دانشجو ۲۴ سالە)، چندساعت پىش با استفادہ کنے شنيدن يک جوک که دوستم تعريف کرد. - آروين (۲۵ ساله )، چون من يک اقليتم، شب ی - آروین (۲۵ ســاله)، شــاد بودن بســتگی به - اروپی (کا ست که) مست بوس بیست کی به شرایطی دارد که ما در آن قرار داریم، بعضی لوقات برای این که انرژی هایی که از دست دادهایم دوباره به دست آورده و از ناراحتی در آییم، نیاز به تنهایی بسمس بود. على (كارمند ۲۶ ساله)، تقريبا چهار روز پيش كريد كەدوستانمشوخىرادانداختەبودندوھمگىياھر حركتىاز جانبېچەھا،خندەسرمىدادىم. -ابراھيم (كارمند ۲۶ سالە)، تقريبا نيم ساعت داريم. مثلاً من به فضاهاى باز و طبيعت مىروم. من هر وقت بخواهم به صورت جمعى شادى كنم و شــاد باشـــم، ترجيح مي دهم در جمعي حضور پیش که با یکی از اقوام نزدیکم صحبت کردم و مطلبی را برایم تعریف کرد و باعث شــد بســیار پیداکنم که بامن همفکر باشــند. به نظر من این بهترین نوع شادی است. حتی ممکن است حضور بخندموشادشوم. -محمد (کارمند ۲۷سـاله) چندساعت پي ، بکری کی در یک میهمانی آنقدرها که گذراندن اوقات در کنار همفکرانم مرا شــاد می کند، برایم شادی بخش

نىاشدا

بكى از دوسـتان جوك گفت و همه مـااز ته دل – على (٢٧ ســاله كارمند)، علاوهبر پيادهروي

## اقتصادمنزل

تلاقى

## يخچال حرف گوش کن

بهمنظور جلوگیری از هزینه تهیه غذا از بیرون در موارد ضـرورى، غذاهاى نيمه آماده يــامواد اوليه برخى غذاهارا تهيه كردهو در فريزر نگاه داريد تا در مواقع ضروری به سرعت بتوانیدیک غذای مناسب برای خانواده تهیه کنید.

، رک کر چی ... هرچند در برخی موارد ضروری نیز می توانیداز آرامپز استفاده کنید و هنگام خروج از منزل آن را روشن کنید تاهنگام برگشـــت، غذای آماده و داغ به مناسب داشته باشید.اما شاید با پول این برق،كارىبخردانەنباشد.



و ترس، نگرانی، ناکامی و بدگمانسی را بیاثر می کند. ار سطومی گوید: «شادی، بهترین چیز هاست و آن قدر اهمیت دارد که دیگر چیز هاوسیله به دست آور دن آن هستند.»دین مقدس اسلام نیز که تامین کننده صلاح دنیا و آخرت آدمی است، شادی های مناسب و حلال را تأييد می کند و پيروانش را از افسـردگی و بی حالی

رحذرمىدارد. امانالله قرايسي مقدم معتقد است، شـادكردن و المان الربع في المان المانية و توسعه اجتماعي، القاصادي، سياسي، فرهنگي وخانوادگي جامعه مي شود

همچنین از بسیاری مسائل و بروز انواع آســیبهای جامعــه، جرم بزهــکاری، طلاق، نابســامانی د ،ر خانوادگیوسایر مسائل جلوگیری بەعملمى آورد. شــادیهای ســالم در جامعه ۔ ختلالات روحسی را کمتر کردہ و

خوشــبختانه در ایــران علاوهبــر جشن های باستانی، اعیاد مذهبی

ودبرد بهتر است همان کاری را که برای اعیاد . ز آنها س مذهبی انجام می دهیم، به سایر اعیاد ملی نیز، تعمیم دهیم و ب آنچه در رابطـه با شـادکردن جامعه فکر میکنیم، عمل کنیم چرا که شـادی موجب افزایش دلبســتگی و علاقه به کشــور، فرهنگ، دین و مذهب می شودوانسجام فرهنگی و مَلَی - میهنی افزایش پیدا

. همانطور که بابـــت ایجاد پارک، ســـینما و ... هزینه

میزان رغبت تحصیلی و دل به کار دادن و تولیــد را افزایش میدهد. زیادی داریم که می توان برای شــاد نگه داشتن جامعه

میکنیم، بهتر است مدیند ان بیشتر در زمینه شادی آفرینی جامعه به وسیله برگزاری اعیاد نیز سرمایه گذاری کنیم که سرمایه گذاری در این مورد

هــزاران برابر بــازده اقتصادى، اجتماعــى، فرهنگى و ــی دار دو از بروز انواع بیماری های روحی و روانی جلوگیری می کندو در نتیجه بهداشت روانی جامعه را ی داشت در پی خوا . رحالی که افسر دگی مصونیت و قدر ت نظام ایمنی

ببینیدروزهایعزاداریماچقدربیشترازروزهایمیلاد و جشن است. درحالی که در روایات اسلامی داریم که رمی داریم که ، مومن غم خود را پُنهان و شادي خود را آشکار مي کند. یر ای ر آنحیه مشی

موارد زیــر از نمونه های شــادی به شــمار میروند: قدر زحمتها و خوبی دیگران را به نیکی دانســتن، از موهبتهای الهی لذتبردن، مثبت عمل کردن ومثبت اندیشیدن، گشادهرو بودن، در زمان حال زندگی کردن، خودآرایی و آراستگی ظاہر و رضایت داشتن از زندگی، نه های دیگر شادی هستند که می توان آنها را در

ا بر این به به به رااز بنــدگان خــدادور کنــد، عبادت خــدای را به جا آورده اســت و خود نیز از این شادمانی، خرسند خواهد ورد. نیکاندیشی، یکی از نشانه های سلامت روان و بود. نیکاندیشی، یکی از نشانه های سلامت روان و سبب ایجاد نشاط است. ما خود، تصمیم می گیریم كەدىگران را چگونە بىينىم وقتى مىخواھىم كىسى را دوست داشىتە باشىيم، مىتوانىم صبور و شكيبا باشیم و وقتی تصمیم می گیریم که از آدمها برنجیم. در اشــتباههای آنها دقیق می شویم. پس نوع احساس ما درباره دیگران، به رفتار آنها بســتگی ندارد، بلکه به نگرش مامربوط می شــود بسیاری از انسان هااینگونه هســـتند که بیشــتر وقت خود را صرف جستوجوی عیبهای دیگران می کُنند و کمتر به خوبی های آنها می پردازند. از این رو، برای شاد بودن، باید یاد بگیریم ،۔۔ باد بگیریم كەچگونەاندىشەھايمان راكنترل كنيم؛زيراآنچەمايە بختی و شادی انسان است، از درون او سرچشمه

ر این می می در ۲۰۰۰ می از ۲۰۰۰ می ازد. خــودرااز آرامش و شــادی امروز محروم می ســازند. انسان باید در همه حال به فکر آینده خویش باشد و با دوراندیشی بسیار، برای ساختن آینده و سرنوشتش بکوشد، ولی نه به بهای از دست دادن امروز. همچنین باید از گذشته خویش درس عبرت بگیرد و

الر عند بسته منصی زن جوان بعد از این که مهریهات رامی یخشی؟ زن جوان بعد از این که کمی فکر کــرد، گفت: نه هرگز، اما به شــوهرم تخفیف میدهــم، بهجــای ۶۰۰ سـکه، یـک ســـاتافه ۱۰۰ میلیونی می خواهم اگر سوییچ این خودرو را در اختیار من قرار دهد، حرفی ندارم در غیراینصورت باید ۶۰۰ سکه را بپردازد. م اعصبانیت پیشنهادهمسرش را قبول کردو قرار شداین خودرو را بخرد و در اختیار همسرش قرار

دهدوبعداز آن توافقی از یکدیگر جداشوند. وقتی یک زن ومرد با یکدیگر ازدواج می کنند و زندگی،شتر کشان آغاز می شود،مسلم است بهدلیل شخصیت متفاوتی که دارند، دچار اختلاف سلیقه شوند. هیچ کس مثل دیگر ی نیست و زندگی با یک فردمتفلوت، اختلافات زیادی را رقم خواهد زد. برای همین، هـــم زن و هم مر د باید به این در ک بر س که طرف مقابلشان با خودشان متفاوت است و این تفاوتهانبایددرزندگیمشتر کتاثیرزیادی بگذارد. بهخُصوص در سال های اولیه زندگی زن و مرد دچار اختلافات زیادی خواهند شد زوجهایی که کارشان به جدایی می کشد و بعد از مدتی زندگی مشتر ک نمی توانندهمدیگر را تحمل کنند، هنوز نتوانسته اند تفاوتهای طرف مقابلشان را درک کنند و تصور میکنند همسرشان باید همان گونه که خودشان فکر و رفتار میکنند، عمل کند و همین باعث بروز اختُلافُات شُــديدو درنهايت جداًيى مىشـود. آنهَاً نتوانستهاند اختلافات را هم تحمل و شرايط را در ک کنند.درصورتی که اگر زن و مرد پیش از از دواج سعی کنند با این دید جلو بروند که یک فرد متفاوت وارد زندگیشان خواهد شد واختلاف سلیقه های زیادی ۔ با ہم دارند، ہیے گاہ یک زندگی مشــــتر ک از ہم نمی پاشدوزن ومردمی توانند باوجود بروزاختلافات کوچک در کنار هم زندگی کنند. بنابراین باید ابتدا 

کنند با این دیا

## گاهی مافکر می کنیم طـ ف مقابل حرفمان را نمى فهمد. با آنُ كه بايد احتمال دهيم ما هُم حرفُ اورانمى فهميم. گاهى مارفتار هاى نسنجيده خودرا

شـــماقبل از این که بروید ســـراغ یخچال خانه

و افتتاح آن، باید منظم باشید. ایس راز اقتصاد یخچالی است. بسیاری از مواد، خصوصا موادداخل

یخچال بهدلیل فراموشی وقراردادن آنهادر کشوها یادر مکانی خارج از دید، خراب شده و دیگر قابل

استفاده نخواهند بود سعی کنید یخچال را منظم و سازمان یافته نگاه دارید و از این طریق از بسیاری سرافها خوددارى كنيد درمورد يخچال خانه

یک مورد دیگر هم می تواند یاری سان شمایی

باشد كه مى خواهيد پولتان را يى خود خرج نكنيد:

درك وشعور متقابل

شمااگربهجایقاضیباشیدچهمیکنید؟ در ادامه جلســه، قاضــی از زن جوان پر

نمىيىنىموفقطرفتارھاىھمسرمانرازىرذرمىين مىگذارىم.ماننداينزوج:

می تداریم،ماننداین(وج: سولمار گفتدمن و شوهرم تر زندگی با هم تفاهم نداریم، برای همین پهتر است زندگی مان را از یکدیگر جدا کنیم و هر کسام راه خود (برویم. اما چرا؟ او می گوید چند سای است مشکلاتمان شروع شـده و مرتب با هم دعوا داريم. فريبرز مرد لجبازی است و اخلاق عجیبی دارد. باور کنید بعد از از دواج تغییر کرد، فریبرزی کـه من از نوجوانی

می شیناختم، این طور نبود. هرچــه من می گویم برعکــس آن را انجام میدهد تا مــرا عصبی کند. ابتدا تصميم گرفتم نسبت به رفتار هاى او بى تفاوت ، باشم، وقتى ديدم فايدماى ندارد، گفتم بهتر است راهمان راجدا كنيم. باور كنيد خيلى تلاش كردم زندگیآم را بسازم، امانشد حتی بارها دست به دامن خانواده هاشدم، اما فریبرز نصیحت آنها را هم جدی می گیردتالین که چندوقت پیش تصمیم، به جدایی سی بیر دین کې په ولی ولی کې پیس مسیم، به یعنی گرفتیم. فریبرز می گوید: همسرم زن زیاده خواهی است، این موضوع را من قبل از از دواج متوجه شدم. روز خواستگاری مهریهاش را ۶۰۰۹ست که تعیین کرد در حالی که همه مخالف بودند، حتی حاضر نشد نظرش را تغییر دهد. از همان ابتدای زندگی، بهترین هارامی خواست. من هم عصبی می شدم وقتی می دیدم که مسرا در ک نمی کند. گران ترین کلاسهای ورزشی می رفت و مرامجبور می کرد تاهمه هزینه آن را بپ ردازم. چندوقت پیش از من

خواست یک پیانوی گرافتیمت برایش بخرم، اما من مخالفت کردم و سر این موضوع حسابی با هم درگیر شدیم اما باوساطت خانواده ها آشتی کردیم. ماً نمی توانیم در کنار هم زندگی کنیم، دوستان خانوادگی خوبی بودیم، اما نمی توانیم زن و شوهر خوبی باشیم، برای همین قصد داریــم توافقی از یکدیگرجداشویم.



اگر آنسان با چُهره گشاده و نیت نیک، غم و ناراحتی

مي گيرد،نەازبيرون. ی سرت از بیرون برخی از اعضای خانواده یا همیشــه حســرت دیروز امیخورنــد یا خــود را در آرزوهای دسـت نیافتنی فردا غرق می کننسد. در نتیجه، خویشستن و خانواده

بدن را در مقابل رویدادها و اتفاقات ناگوار کرم میکند اما شــادی به عکس انرژی تازهای به مامی دهد. شـــما

ايراني از بسترها و بنيان هاي ارم لازم برای ابراز شــادمانی بهویژه به شکل گروهی و همگانی برخوردار

بهشمار می رود و به عبارت دیگر هر قدر مردمی شادتر باشند توان و پتانسیل بیشتری برای تلاش و حرکت به حلودا, ند.

۔ گروههای مختلف اجتماع، بر داشتهای گوناگونے از شادمانی دارند. ارسطو دراین پاره معتقد ا عادی، لذت را شــادی فرض می کنند؛ افــراد موفق، عملکرد خوب را برابر شادی می شمارند و دانشمندان، زندگی متفکرانه و جستوجو گرانه را معادل شادی ریانی مصروع و جست و بر در را معان سای میدانند. بر تراند راسل می نویسد: رغبت همگانی، نشانه انسان شاد است و برخی از مردم نیز خندیدن همی ۔ مے دائند۔

نمے فہمیم؟ شــادی یک نیاز اساسی انســان در خانواده، محله، شهر، مدر سه و محل کار است و افراد اگر در جامعه خود نتوانند این نیاز را بر آورده م مى برنديا رو به خشونت مى آورند. در نتر ح م رو از فر هنگ ملى خوددور مى شوندو علاومبر آن، مصائب اخلاقى گريبان جامعه را مى گيرد. اما چرا شادى را دی ۲۰۰۰، براساس مطالعات و پژوهشهای بیشمار در سراسر

جهان، بی گمان باید پذیرفت که شادی و غم در زندگی اِجتماعی؛ اقتصادی، فرهنگی و سیاســی انســانها، ر ی ــانها، تأثيرات عمدهاى داردو چەبسا كەبسيارى از كشورھاى گوناگون در راه افزایش شادی همگانی و فردی در کشور خود برنامه ریزی هایی دقیق را انجام می دهند. اما به نظر می سد در کشـور ما این مهُم با توجه چندانی روبه رو نیست و گاه در کشور بنا به تعبیرهای نادر ست و بدون استدلال در بین شـَهروندان و بُرخی مقامات، شادی امری متروک شـده و به حاشیه گذاشــته شده است مری سرو ت ستانو به عامیه تناسبه سناست. در حالی که این امر نــه با فرهنگ ملی ایرانیان چندان

ناسبیداردونه بافرهنگ دینی کشور. استاد مرتضی مطهری در تعریف شادی مینویسد: ب ور، حالت خوش و لذت بخشي اسبت که از علم و اطلاع به این که یکی از اهـداف و آرزوها انجام یافته یا انجام خواهد یافت، به انسان دست می دهدو غیرو اندوه، حالت ناگوار و دردناکی است که از اطلاع بر انجام نشدن یکی از هدف هاو آرزوها به انسان دست می دهد.

- ی را - بر رزر . در دنیای پراضط راب و پرتلاطم ام روز، آرامش و داشتن خیالی آسوده، نعمتی است که همگان آرزوی آن را دارند. در واقع، یکی از نیازهای اساسیی انسان، ان ر عرب کری یکی ر پیرتی سی سی میسی شاد زیستن است که در پر تو آن، با رسیدن به تعادل روحی، خود و جامعه ش به سلامت و پویایی رهنمون د در ۱۱ماهه سال گذشته ۵۵۰هزار و ۷۸۳ نفر می سود کار ..... سال مسلم کار این از این مراکز پزشکی قانونی مراجعه کردند که از این تعداد ۳۸۰هـزار و ۸۸۲ نفر مرد و ۱۶۹ هزار و ۹۰۱ نفر زن بودند. هر روز در خیابان شاهد در گیری افراد جامعه به دلایل مختلف هستیم که افزایش نزاعهای خیلبانی باعث شده، خیلی راحت از کنار آن بگذریم.این موضوع نشان میدهد که جامعه چندان شــادی نداریم. جامعهای که نشاط ندارد رو به م مشونتمی آور د.

ر - ی رز انسان بهطور فطری از غم گریزان و به سوی شادی استان بخنور صری جم جریری . . روح وروان در حرکت است شادی و نشساط نه تنها بر روح وروان انسسان، بلکه بر جسم او نیز تأثیر می گذارد. از نگاه اجتماعی، نیز شسادمانی، قلب هارا به یکدیگر نزدیک

شادىيكنيازاساسى انسان در خانواده، محله، شهر، مدرسه ومحل کار است وافراد اگر در جامعه خودنتواننداین نياز رابر آورده كنند، ياروبه جوامعديگرىمىبرندياروبە خشونتمىآورند

نیست و علاوہبر این نیز شیوہھای 

کشــور وجود دارد. ایـــن در حالی است که بی گمان شــاد بودن یکی از شــاخصه ها و بنیان های زندگی مطلــوب در هر گـروه و جامعهای

ر زندگی تجربه کرد.